SERIE NOUĂ - 1356 ● ANUL LX ● 6 IULIE 2017 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 27 (3106)

magazin

www.revistamagazin.ro

E-mail: redactia@revistamagazin.ro ● redactia.revistamagazin@yahoo.com ● redactia.revistamagazin@gmail.com

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

FRICA DE ÎNTUNERIC

Femina club

Lecţii de nutriţie

Rozmarinul şi funcţiile creierului

Dosarele frumuseţii

Cum vă recăpătaţi aspectul seducător?

Terapii complementare

CIREŞELE

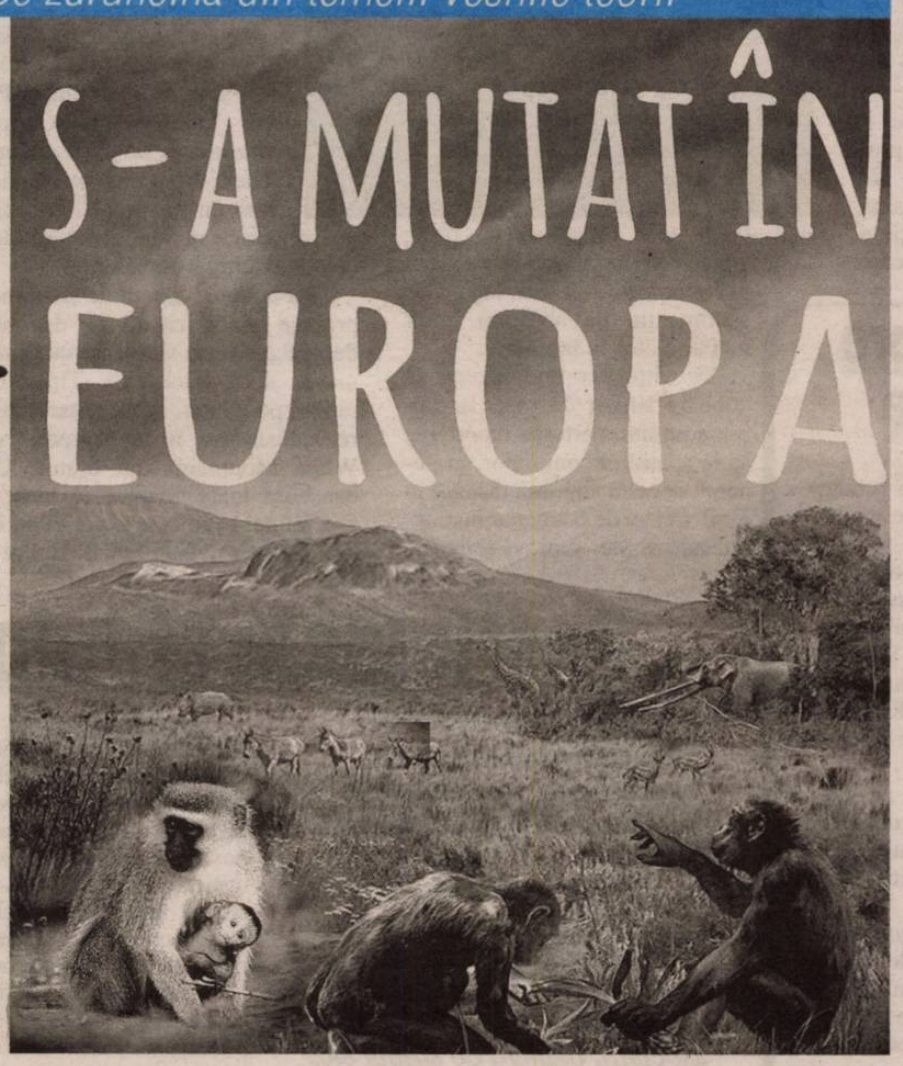
„vedetele" verii

«Prietenii falşi cred în zvonuri. Prietenii adevăraţi cred în tine.»

Goethe

Se zdruncină din temelii vechile teorii

S-A MUTAT ÎN EUROPA LEAGĂNUL OMENIRII



Paleoantropologii erau oarecum liniştiţi de decenii întregi: conform teoriei mai vechi, leagănul omenirii era situat undeva în Africa. Numai că acum, o nouă teorie vine să răstoarne vechile fundaţii.

Unii paleoantropologi sunt convinşi că originile omului se află în Bazinul Turkana din Africa, cel mai mare lac deşertic din lume, locul unde Richard Leaky, primul om de ştiinţă care şi-a îndreptat atenţia asupra acestei zone, a scos la lumină, în 1972, rămăşiţele unui hominid complet necunoscut, dar care avea să schimbe modul în care am privit evoluţia umană. În 1974, Leaky reuşeşte să scoată la lumină, în bazinul Turkana, dar în partea sa etiopiană, cele mai vechi oseminte umane descoperite vreodată, *Omo 1* şi *2*, doi membri ai speciei Homo sapiens, cu vârsta de 195.000 de ani (±5.000 de ani).

Această descoperire extraordinară i-a făcut pe paleoantropologi să considere, începând cu 1974, că vechimea speciei noastre este de circa 200.000 de ani. O ipoteză, deoarece în paleoantropologie cercetătorii lucrează doar cu presupuneri şi niciodată cu certitudini, care a rămas în picioare până în toamna anului 2013, când o nouă descoperire în Africa de Sud a dovedit că cei mai vechi *homo sapiens* de pe Planetă ar fi avut o vârstă cu vreo 60 de milenii mai mare decât estimarea iniţială dată de Richard Leaky.

Dinţii, adevăratul act de naştere

Iată însă că la nici patru ani după ce lucrurile păreau aranjate în făgaşul normal al Africii, o altă nouă teorie, de dată foarte recentă, vine să dea apă la moara adepţilor teoriei europocentriste. Şi asta deoarece într-un studiu publicat de revista PLOS One se susţine nici mai mult nici mai puţin că Europa ar fi „leagănul umanităţii" şi nu Africa! În acest fel, studiul, după cum informează Agerpres, contrazice teoria acceptată de paleoantropologi conform căreia „strămoşii oamenilor s-au desprins din maimuţe în urmă cu 7 milioane de ani în Africa, descendenţii lor rămânând pe acele locuri timp de 5 milioane de ani, după care s-ar fi răspândit în alte regiuni ale lumii".

Mandibula descoperită în Grecia

Sursa foto: Wolfgang Gerber / University of Tübingen / REUTERS*Zid în Bellast*

1 cm

Studiul se bazează pe analiza „a două fosile de hominizi cu dinţi *asemănători* celor umani, care sunt acum considerate veriga care lipsea a separării de maimuţele antropoide" descoperite în Bulgaria şi Grecia şi care ar data de 7,2 milioane de ani!

Astfel s-a putut argumenta că cele două fosile, încadrate în specia *Graecopithecus freybergi*, poreclită „El Graeco" de cercetători, sunt dovada că strămoşii oamenilor trăiau deja în Europa cu 200.000 de ani înainte de cele mai vechi fosile de hominizi descoperite în Africa, ceea ce ar putea modifica istoria începuturilor omenirii, plasând ultimul strămoş comun al hominizilor şi maimuţelor antropoide undeva în regiunea mediteraneană. În urmă cu 7,2 milioane de ani Europa de Est arăta surprinzător de similar cu Africa centrală, cred antropologii, dar acel molar descoperit este de om sau de maimuţă? O întrebare care toarnă plumb în picioare oricărui cercetător. Profesorul Nikolai Spassov de la Academia Bulgară de Ştiinţe este de părere că „acest studiu schimbă radical ceea ce credeam că ştim despre locul şi perioada în care omenirea a făcut primii paşi", şi adaugă: „*Graecopithecus* nu este o maimuţă.

1 cm

Premolar superior descoperit în Bulgaria

Sursa foto: Wolfgang Gerber / University of Tübingen / REUTERS

El este membru al unui trib de hominizi şi strămoşul direct al (genului) Homo (din care face parte şi Homo sapiens). Hrana lui *Graecopithecus* este caracteristică pentru tipul de vegetaţie de savană, fiind diferită de hrana maimuţelor antropoide care trăiesc în păduri. Astfel, la fel ca oamenii, el avea molarii mai laţi şi acoperiţi cu un strat gros de smalţ. Dintr-un anumit punct de vedere este vorba despre o verigă lipsă nou descoperită (...) Probabil că faţa lui *El Graeco* era foarte asemănătoare cu feţele maimuţelor antropoide, însă avea caninii mai scurţi".

Şi mai este o diferenţă între hominizi şi maimuţele antropoide, după cum explică şi coordonatoarea acestui studiu, Madelaine Böhme de la Universitatea din Tübingen: „În timp ce maimuţele antropoide au două sau trei rădăcini complet separate sau divergente, rădăcinile (premolarilor) lui Graecopithecus converg şi sunt parţial fuzionate – o trăsătură caracteristică oamenilor moderni, oamenilor primitivi şi altor câteva specii de hominizi". Aşa au ajuns cercetătorii la concluzia că această specie „este cu cel puţin 200 de mii de ani mai veche decât cel mai vechi hominid african cunoscut, *Sahelanthropus tchadensis*, ce a fost descoperit în Ciad (Africa centrală)".

David Begun, paleoantropolog la Universitatea din Toronto şi coautor al studiului pune şi el umărul la fundamentarea noii teorii: „Această descoperire permite plasarea verigii lipsă în spaţiul mediteranean" şi asta deoarece „în acea perioadă, vaste porţiuni din Marea Mediterană secau complet, deschizând linii de migraţie între Europa şi Africa pentru maimuţele antropoide şi primii hominizi". Ar mai fi o întrebare: cum au trecut hominizii din Africa în Europa, peste marea Mediterană?

Echipa de cercetători este de părere că „evoluţia hominizilor (desprinderea acestora de maimuţe) ar fi fost provocată de aceleaşi schimbări climatice radicale care au dus la formarea deşertului Sahara în nordul Africii, în urmă cu peste 7 milioane de ani şi a împins numeroase specii spre regiunile septentrionale". Iată o teorie care modifică, încă o dată, ideile despre originile umanităţii. Să nu uităm, totuşi: avem de a face cu nişte teorii, supoziţii, nu cu certitudini...

Biblioteca Judeţeană

Frica de întuneric

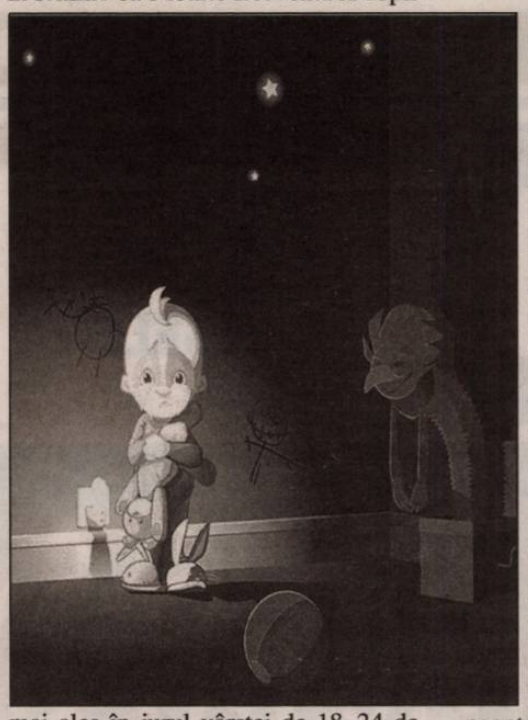
Cel puţin în perioada copilăriei, oare există vreo fiinţă umană care să nu se fi înfricoşat de întuneric? Ca să nu mai vorbim că există şi destul de mulţi adulţi de-a dreptul îngroziţi numai la ideea că şi-ar putea petrece – să zicem – o noapte în întuneric, de unii singuri. Sau nu neapărat singuri, dar, oricum, lipsiţi de lumină. De unde vine acest sentiment ce pare o reminiscenţă tenebroasă a vieţii subterane a oamenilor primitivi?

Teama de „prezenţă" şi negarea „absenţei"

Oamenii de ştiinţă oferă o explicaţie surprinzătoare: frica de întuneric e motivată de alterarea reperului nostru senzorial dominant: văzul. Atunci, realitatea face loc imaginarului, solicitat de celelalte simţuri şi în special de auz. Un pocnet în întuneric: e un hoţ? poate o fantomă?

Noaptea nu înseamnă numai o absenţă (a luminii), ci mai ales o prezenţă (a întunericului). „Tocmai de acolo vin spaimele şi un soi de teamă interioară pe care obscuritatea nopţii le face să fie resimţite aproape de fiecare om." – scria Buffon în secolul al XVIII-lea în „Istoria naturală".

Iar dacă majoritatea adulţilor au învăţat să-şi coordoneze această frică, în schimb ea e foarte frecventă la copii



mai ales în jurul vârstei de 18–24 de luni, o etapă importantă a dezvoltării psihomotorie. Ea este legată de sentimentul de abandon, mult mai apăsător în întuneric.

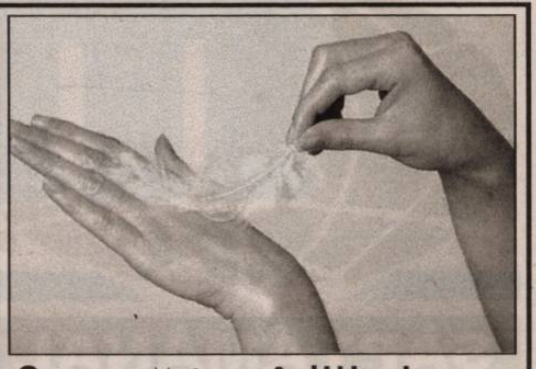
De altfel, copilul începe să coboare singur din pat, iar absenţa luminii perturbă raportarea sa la spaţiul înconjurător. În general, această angoasă dispare în jurul vârstei de 6 ani, dar instinctul nostru de supravieţuire ne împinge să ne menţinem neîncrederea în obscuritate pe toată durata existenţei noastre.

Ritualuri nocturne de maturizare

În toate culturile care au fost studiate aprofundat, noaptea este asociată cu pericolul, afirmă antropologul Jacques Galinier. Pericol posibil sau pericol imaginar. Obscuritatea face corpul şi obiectele, bunurile materiale mai vulnerabile şi deci acestea devin obiectul unei protecţii speciale.

În Roma antică, de exemplu, hoţii care acţionau noaptea erau pedepsiţi mai aspru. Sub influenţa creştinismului, imaginarul colectiv occidental a asociat noaptea cu tenebrele, cu moartea şi cu păcatul. Ea este ambivalentă şi în alte culturi. Populaţia Yukuna din Columbia amazoniană, de pildă, nu are încredere în starea de veghe diurnă; în mentalul lor, numai noaptea este capabilă să determine circulaţia ştiinţei şamanilor.

Tot noaptea constituie şi momentul propice pentru ritualurile de iniţiere, deoarece ea este sinonimă cu transformarea şi cu renaşterea. Tinerele din rândul populaţiei apaşe mescalero, care sălăşluiesc în apropierea zonei White Mountains din Statele Unite, dansează toată noaptea în jurul unui foc, atunci când este Lună Plină în iulie, pentru a deveni femei adulte!



Cum să te gâdili singur

De fapt, nu poţi s-o faci! Potrivit cercetătorilor de la Institutul de neurologie din University College, Londra, este imposibil să ne gâdilăm singuri pur şi simplu deoarece creierul nostru nu ţine cont de o asemenea stimulare.

Oamenii de ştiinţă au putut identifica în urma examenului prin rezonanţă magnetică (RMN) o zonă cerebrală care se activează atunci când ne gâdilăm „direct": aceasta avertizează restul creierului să nu ţină cont de aceste senzaţii.

De fapt, vorbim despre un filtru, un mecanism care permite selectarea informaţiilor inutile, astfel încât întregul organism să se păstreze vigilent faţă de adevăratele ameninţări. Prin urmare, creierul se poate concentra astfel asupra senzaţiilor provocate de evenimente exterioare organismului: înţepături de insecte, atacuri ale unor prădători etc. şi să rămână concentrat pe informaţiile vitale.

Oarecum mai banal, dar la fel de important, în viaţa cotidiană tocmai acest filtru cerebral ne permite să ignorăm presiunea exercitată asupra bolţii plantare atunci când mergem sau mişcările ochilor atunci când citim indiferent ce fel de text.

Din nou despre neologisme

Să vorbim corect!

De-a lungul timpurilor limba română a suferit o serie de influenţe. Nu e vorba de conlocuirea paşnică între români şi alte naţionalităţi, ci de avalanşa cuvintelor greceşti, latineşti, italieneşti sau franţuzeşti, folosite în special de persoanele „subţiri", care se mândreau cu o anumită educaţie. E suficient să rememorăm comediile lui Vasile Alecsandri sau „Trei crai de la Răsărit" de B.P. Haşdeu sau multe alte opere din epocile respective.

În perioada interbelică au existat influenţa franceză şi cea germană, dar cele mai multe cuvinte erau necesare, dată fiind evoluţia tehnică şi cea socială.

În zilele noastre, influenţa engleză este atât de puternică încât de multe ori se uită complet limba română. Nu este vorba de cuvintele legate de calculator – influenţă absolut firească – ci de acelea folosite cu ifos de anumite persoane care vor cu orice chip să se dea mari cunoscători ai limbii lui Shakespeare. Am auzit astfel la tv, mulţi români care altfel vorbesc o limbă destul de corectă, uitând că există în română expresiile, „cu toate că", „în orice caz" sau cuvântul „oricum" şi au adoptat englezescul „anyway" pe care îl aruncă degajat în conversaţie.

Pare – pentru ei – o dovadă de rafinament, dar de fapt rămâne doar un barbarism ridicol, evidenţiind snobismul vorbitorului respectiv. *(I.S.)*

Pesticidele şi informarea eronată

Agenţia Anses a făcut o constatare mai mult decât îngrijorătoare privitoare la o lipsă masivă de date referitoare la expunerea la pesticide a lucrătorilor din agricultură. De altfel, în 2014 ea a lansat un apel la contribuţia pentru recoltarea de informaţii cu prioritate de la agenţii europeni, asociaţii, oameni de ştiinţă etc.

Este adevărat că există numeroase date, însă ele provin din studii efectuate de industriaşi, care au un indiscutabil interes economic în ceea ce priveşte vânzările acestor produse chimice. Mai mult, pe lângă problema informaţiilor, agenţia a constatat şi lacune în reglementări şi în purtarea de echipamente de protecţie, care lipsesc de foarte multe ori în activităţile efective.

Această penurie de informaţii este revelatoare în măsura în care se subestimează efectele nefaste ale produselor fitosanitare asupra omului. Totuşi, în 2012, maladia Parkinson a fost recunoscută ca boală profesională legată de utilizarea pesticidelor, iar în 2014 un studiu american a stabilit o legătură între expunerea la pesticide, autism şi tulburările de comportament.

În anul 2013, un studiu Inserm pusese în evidenţă o altă legătură între expunerea la pesticide şi numeroase alte patologii (cancere, maladii neurodegenerative, malformaţii ale fetusului etc.), iar în 2015 au fost clasificate oficial cancerigene de către Organizaţia Mondială a Sănătăţii 5 pesticide (glyphosat şi insecticide).

Care este efectul concret al acestor influenţe nocive? Anses reaminteşte că în 2010 peste 1 milion de persoane din Franţa aveau o activitate profesională regulată în domeniul agricol, fără a lua în calcul şi muncitorii sezonieri şi stagiarii. Dar pe lângă profesionişti mai intră în discuţie şi familiile lucrătorilor agricoli, precum şi riveranii zonelor tratate care sunt afectaţi în aceeaşi măsură. Dincolo de impactul de mediu, Anses subliniază imensele riscuri legate de sănătate cărora le sunt expuşi toţi aceşti oameni, victime ale unei industrializări forţate, avide de obţinerea rapidă de avantaje materiale, goană oarbă, fără scrupule, în care viaţa omului nu mai valorează ceva decât atât timp cât poate produce bani!...

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: TIPOMEDIA PROD S.R.L.

Gulerul antiînec

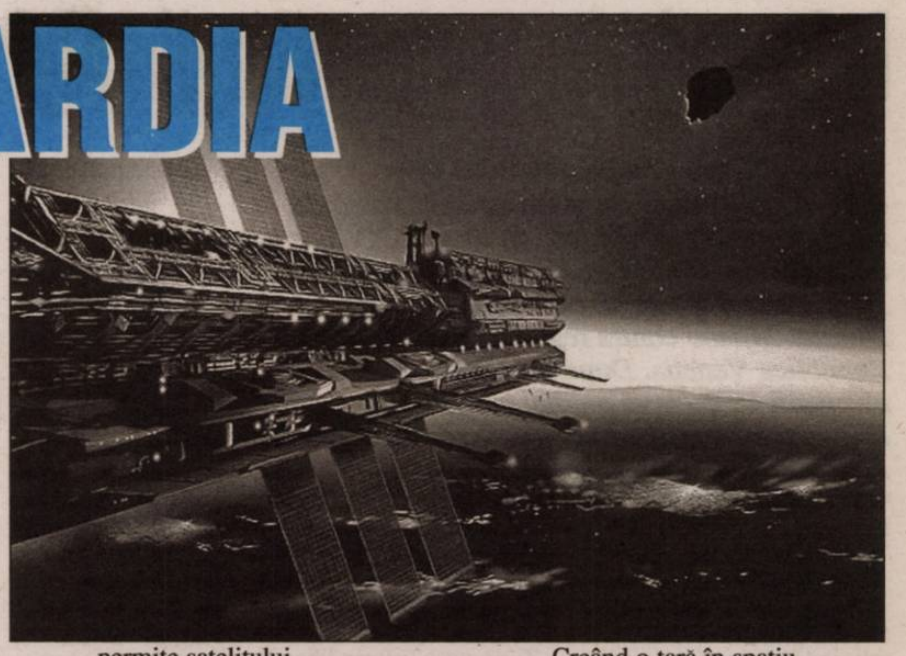
A venit vara, sezonul vacanțelor și milioane de oameni de pe planetă merg să se răcorească fie în piscine, fie în râuri, lacuri sau mări. Problema este însă că mulți dintre ei nu știu să înoate și riscă să se înece. De acum însă, pericolul înecului va fi redus la maxim, deoarece un inventator din Manheim, Germania, pe nume Rainer Fackesh, a imaginat „airbagul subacvatic", destinat nu doar celor care nu știu să înoate, ci și înotătorilor experimentați, aflați în situații dificile. Numit „Ploota", dispozitivul are forma unui colier și poate detecta situațiile de urgență, așa cum cele mai noi autoturisme fac, în situații de impact frontal.

Dacă purtătorul lui se află sub apă de mai mult de 30 de secunde, „airbagul" se activează instantaneu și declanșează un cartuș umplut cu dioxid de carbon, umflând gulerul de la gâtul persoanei aflate în primejdie, asemenea unei plute de salvare. Ca atare, chiar dacă persoana respectivă și-a pierdut cunoștința, dispozitivul o aduce la suprafață, cu capul deasupra apei, permițându-i să respire din nou și să își revină. Ploota poate fi folosită și de persoanele care prezintă risc de leșin în cădă, precum diabeticii, epilepticii etc.

Dispozitivul poate fi comandat pe Internet, la prețul de 99 de euro (cu tot cu cartușe de rezervă) fiind produs într-o gamă largă de mărimi, inclusiv pentru copii – în condițiile în care, potrivit statisticilor, anual în lume își pierd viața prin înec peste 140.000 de oameni.

ASGARDIA

prima țară din Cosmos



Chiar dacă pare o idee izvorâtă din imaginația unui scriitor de science-fiction, înființarea unei „națiuni spațiale" ar putea deveni în curând realitate. Planurile ambițioase aparțin unei echipe internaționale de oameni de știință, sponsorizați cu generozitate de un miliardar rus.

Numită „Asgardia", noua țară... plutitoare în spațiu va fi înființată chiar în acest an, odată cu lansarea, în luna septembrie, a unui prim satelit, menit să testeze conceptul stocării de baze de date pe termen lung, pe o orbită circumterestră. Satelitul va avea o greutate de 2,3 kg și va găzdui un hard de computer conținând o cantitate imensă de date. Totodată, aparatura cu care este dotat îi va permite satelitului să măsoare fluxul solar și dozele de radiații pe care componentele electronice din interior le primesc. Prin înființarea unei țări „extraterestre", care să fie și membră a ONU, s-ar pava și calea pentru crearea unui paradis fiscal în spațiu. Proiectul este condus de dr. Igor Așurbeili, fondatorul Centrului Internațional de Cercetări Aerospațiale din Viena.

Creând o țară în spațiu, experții aflați la cârma acestui proiect sper să dezvolte viitoarea tehnologie spațială dincolo de restricțiile impuse de controlul actual al autorităților statale. După anunțarea înființării Asgardiei, pe site-ul de Internet al proiectului au fost postate deja peste o jumătate de milion de cereri, de la pământeni de pretutindeni, dornici să obțină cetățenia noului stat.

Mai mulți roboți decât soldați umani

Printr-un protocol recent încheiat, administrația americană a pus la dispoziția Pentagonului suma de 11 milioane de dolari pentru construirea unor „echipe combinate de capabilități umane și robotice".

Prin noul acord, compania Six3 Advanced Systems urmează să proiecteze, să dezvolte și să valideze prototipuri ale unui nou sistem militar, care va fi gata la jumătatea anului 2019. Experții subliniază că măsura face parte din programul de dezvoltare masivă a armelor robotice, cărora armata americană dorește să le acorde un rol mult mai important în războaiele viitorului.

Scopul mărturisit ar fi acela ca până la finele deceniului trei al acestui secol, numărul roboților militari de pe câmpurile de luptă să îl depășească pe cel al soldaților americani. Se are în vedere fabricarea unei game largi de armament neconvențional, de la tancuri și avioane fără echipaj uman la „flote invizibile" de drone subacvatice și roboți militari.

Experții explică faptul că folosirea roboților ar scădea substanțial costurile militare și ar permite îndepărtarea soldaților umani din zonele potențial periculoase. Tehnologizarea este vizibilă și în alte sfere militare – de pildă una dintre cele mai noi nave de război americane, USS Zumwalt, poate fi deservită de jumătate din echipajul distrugătoarelor lansate până în prezent, întrucât multe dintre sarcinile de la bord au fost încredințate roboților sau dispozitivelor înzestrate cu inteligență artificială.

„Asteroizii nevăzuți", un pericol pentru Terra

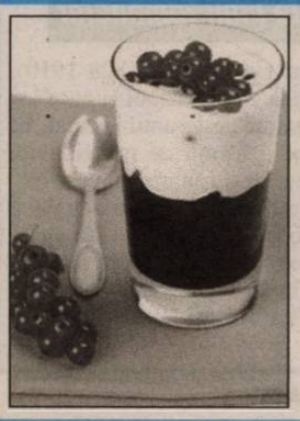
La o recentă conferință de astronomie, desfășurată sub egida Centrului de Cercetări în Astrofizică din cadrul Universității Belfast, dr. Alan Fitzsimmons, unul dintre cei mai reputați experți în domeniul NEA (Near-Earth Asteroids – asteroizi aflați în apropierea Pământului), a declarat că în momentul de față, în ciuda progreselor realizate de știință, „nu se pune problema dacă un asteroid va lovi planeta, ci când anume o va face."

Potrivit datelor colectate de specialiști, în apropierea Terrei există aproape 2.000 de asteroizi potențial periculoși, care ar putea lovi planeta noastă în orice moment. Cea mai mare primejdie vine din partea așa-numiților „asteroizi nevăzuți", care au dimensiuni relativ reduse, dar care pot produce, chiar și așa, pagube importante, putând distruge, în cazul unui impact, un oraș de dimensiunile Londrei sau declanșa valuri tsunami devastatoare.

Din această categorie ar fi făcut parte, opinează astronomii, și asteroidul sau cometa care a lovit Tunguska, în vara anului 1908, distrugând toți copacii de pe o rază de 50 km și provocând o explozie de 185 de ori mai puternică decât bomba atomică de la Hiroshima.

„Astronomii găsesc asteroizi în apropierea Pământului în fiecare zi și majoritatea acestor asteroizi sunt inofensivi. Dar este încă posibil ca următorul Tunguska să ne ia prin surprindere și degeaba am descoperit posibilități tehnologice avansate pentru a identifica asteroizii mai mari, când nu suntem încă pregătiți să luptăm împotriva lor", spune Fitzsimmons.

Culoarea șervețelelor de masă și gustul mâncării



Uneori, alegerea unei anumite melodii sau a unui anume iluminat pentru o cină romantică poate reprezintă o întreprindere delicată, dar cercetătorii sugerează că, atunci când faceți acest lucru, ar trebui să nu neglijați nici culoarea șervețelelor de la masă. Și aceasta pentru că nu doar muzica și iluminatul pot influența atmosfera și gustul mâncării, ci și coloritul șervețelelor.

Aceasta este opinia renumitei specialiste suedeze în gastronomie, Linda Lundgren, care a realizat un studiu inedit, alături de reprezentații unei firme producătoare de șervețele, Tork. „Am remarcat câteva corelații uimitoare, a precizat Lundgren, într-un interviu acordat revistei de specialitate The Caterer. Astfel, dacă doriți ca o spumă de căpșune să fie mai dulce și mai gustos nu e nevoie să mai adăugați zahăr și nici fructe, ci să serviți prăjitura alături de un șervețel de culoare roz. Această culoare sporește perceperea gustului dulce de către papilele umane și scade perceperea gustului amar, ceea ce o face perfectă pentru deserturi."

Experimentul a mai demonstrat că șervețelele albastre accentuează aroma ouălor și a mâncărurilor picante indiene, în vreme ce, dacă ați pus cam multă sare în mâncare, va trebui să așezați pe masă șervețele de culoare portocalie sau galbenă, care vor reduce senzația de salinitate.

Pagină realizată de GABRIEL TUDOR

Independența cantoanelor din Alpi

Neutralitatea Elveției este o tradiție devenită legendară. Originea acestei poziții de invidiat se regăsește tocmai în secolul XVI, după Bătălia de la Marignan (nordul Italiei) din 1515. Atunci elvețienii au luptat alături de Ducatul Milano contra regatului Franței aliat cu Republica Veneția. După pierderea luptei, elvețienii au decis să nu mai participe la activități militare în afara granițelor. Excepția fac mercenarii și garda papei de la Roma.

În interiorul teritoriului au existat mai multe conflicte de natură religioasă, după apariția Reformei Protestante. Ceea ce este uimitor, printre altele, la această țară este istoria zilei naționale: data de 1 august 1291. Atunci, trei cantoane helvete: Uri, Schwytz (care dă numele țării) și Nidwald. „Schwitz", nume de origine germană, însemna „a arde" (arderea pădurilor pentru pășunat). Celor trei cantoane fondatoare li s-au alăturat și alte teritorii, astfel încât acum Elveția are 26 de cantoane și patru limbi oficiale. Deviza națiunii este „Toți pentru unul, unul pentru toți".

În garda papală

O istorie „curată"

După dispariția lui Napoleon din istorie, în 1815, la Congresul de la Viena, au fost stabilite definitiv independența și neutralitatea Elveției. Singurele turbulențe politice interne s-au produs în 1839, când s-au confruntat (în așa numitul „Züriputsch") forțe liberale și conservatoare. Apoi, în 1847, a izbucnit un război civil de aproape o lună între catolici și protestanți. Însă divergențele s-au finalizat amical, ambele tabere unindu-se pentru stabilitatea și consolidarea țării lor.

Elveția nu a pactizat cu nici o alianță în timpul Primului Război Mondial, deși era înconjurată de beligeranți. Ca măsură de prudență, elvețienii au desfășurat trupe în Munții Jura, sub comanda generalului Ulrich Wille. Numărul militarilor a scăzut când Elveția a fost sigură că îi este respectată neutralitatea. În același timp, ea a devenit un autentic paradis bancar și un excelent adăpost pentru refugiați. Activitatea intelectuală era foarte intensă și dezbaterile diverselor grupuri de artiști, politicieni etc. erau libere.

Pe fundalul de încredere în neutralitatea Elveției, în anul 1917 a izbucnit scandalul Grimm-Hoffmann. Robert Grimm a fost un socialist elvețian care s-a dus la Petrograd după îndepărtarea țarului Nicolae al II-lea și a încercat să determine Rusia și Germania să facă pace separată. El ceruse acordul liderului elvețian Hoffmann. Dar când s-a aflat, Hoffmann a fost demis și înlocuit cu Gustave Ador (fost șef al Crucii Roșii). Scandalul a trecut foarte repede și încrederea în Elveția a fost neștirbită.

În perioada interbelică, în 1934, s-a dat Legea Suedeză a Băncilor, prin care se garanta anonimatul posesorilor de conturi. În al Doilea Război Mondial, elevețienii s-au mobilizat din nou pentru o posibilă invazie. Germania stabilise, prin Operațiunea Tannenbaum, să ocupe Elveția, dar planul a fost abandonat. Neutralitatea acestei țări a transformat-o și într-un paradis al spionilor și al comunicării între beligeranți. Au existat și acuzații de colaborare bancară între guvernul nazist german și băncile elvețiene, referitor la aurul furat de la victimele holocaustului.

Fotodocument

Bătălia de la Cambrai

Între 20 noiembrie și 7 decembrie 1917 s-a desfășurat Bătălia de la Cambrai (nordul Franței), finalizată cu victoria britanicilor împotriva germanilor. A fost prima confruntare în care tancurile fabricate în UK (foto) au acționat masiv, deși au întâmpinat dificultăți la depășirea tranșeelor.

Teroare și dezordine

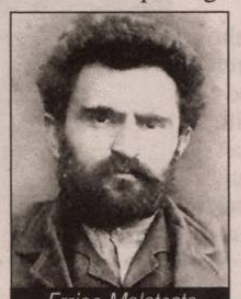
Caracterizat prin intoleranță și asasinate, anarhismul a fost o pată sângeroasă a istoriei. Printre marii propagatori ai anarhismului din secolul XIX se numără Carlo Pisacane (1818-1857), Mihail Bakunin (1814-1876) și Paul Brousse (1844-1912). Violența faptică și propagandistică era o amenințare pentru autoritățile statale..

George I al Greciei

„Victime strategice"

Opoziția anarhiștilor față de ierarhiile și ordinea statale a fost în special una agresivă, deși a existat și o gândire a protestelor nonviolente. Istoria consemnează faptul că cea mai periculoasă formă a fost cea numită „Propagandă prin fapte", care scotea în evidență actele criminale împotriva unor reprezentanți de seamă ai puterii. Deseori, acest tip de anarhism este pus în legătură cu unul dintre cei mai importanți anarhiști italieni din SUA, Luigi Galleani.

Din a doua jumătate a secolului al XIX-lea, principalele acte de violență au constat în ddetonări de explozibil, regicid și tiranicid. După înființarea sindicatelor, uneori grevele erau reprimate prin atacuri ale forțelor de ordine care se puteau solda cu victime. Atunci anarhiștii intrau în acțiune prin violență maximă, ca formă de „răzbunare".



Errico Malatesta

Militanți foarte activi pentru categoria de anarhism cu violență au fost Errico Malatesta (1853-1932) și Luigi Galleani (1861-1931). Acesta a fost activ în SUA între 1901 și 1919, iar etichetele pe care le-a primit din partea istoricilor au fost „anarho-comunist" și „anarhist insurecționar". Plecat din Italia de tânăr, el s-a remarcat în Europa prin incitarea la mișcări sociale și dezordine, fapt pentru care a făcut mai mulți ani de închisoare. Ajuns în SUA, el a devenit un radical al anarhiștilor și un militant entuziast al „propagandei prin fapte". Prin actele de violență provocate de adepții săi, el credea că face cea mai bună popularitate acestei mișcări. De altfel, chiar și cazul Sacco și Vanzetti a fost pus în legătură cu Galleani.

O acțiune foarte gravă a adepților săi a fost transmiterea de pachete cu bombe artizanale unor înalți demnitari americani, în aprilie 1919. Procurorul general al SUA, alți demnitari au fost țintele acelor atentate. În mai multe țări ale lumii, anarhiștii au provocat mai multe atentate, din care amintim doar câteva: 1898, uciderea împărătesei Elisabeth a Austro-Ungariei, soția lui Franz Josef I; 1900, omorârea regelui Italiei Umberto I; 1901, uciderea președintelui SUA William McKinley; 1902, atentat asupra regelui Belgiei Leopold al II-lea; 1906, atentat asupra regelui Spaniei Alphonso al XIII-lea; 1908, uciderea regelui Portugaliei Carlos I și a fiului său; 1913, uciderea regelui Greciei George I. În 1920, atacurile cu bombe din Wall Street (New York) au omorât 38 de persoane și au rănit 400. Multe acte teroriste s-au îndreptat și asupra prim-miniștrilor din diverse țări, ca și asupra unor magistrați și a familiilor acestora.

Opinia unui romancier

Cazul lui Lev Tolstoi (1828-1910), autorul romanelor „Război și pace" și „Ana Karenina", este unul special. El a promovat o formă de nonviolență pe care a numit-o „anarhism creștin". Și cum creștinismul este o religie a iubirii aproapelui, orice act de agresiune era exclus. Ideile nonviolenței au fost preluate și de Mahatma Ghandi. Tezele lui Tolstoi au pătruns și în SUA.

Astăzi în istorie

6 iulie 1796

S-a născut țarul Nicolai I al Rusiei

Membru al Casei dinastice Romanov, Nicolai I s-a născut la 6 iulie 1796, în Palatul Gatkina, lângă Sankt Petersburg. Tatăl său a fost marele duce Pavel (viitor țar), iar mama a fost marea ducesă Maria Feodorovna. La cinci luni de la nașterea sa, bunica paternă Caterina cea Mare, a murit. Nicolai a fost fratele mai mic al lui Alexandr I, care a acces la tron în 1801. Din acest motiv, Nicolai nu a fost crescut și pregătit pentru a deveni țar.

Situația dinastică s-a complicat atunci când țarul Alexandr I s-a îmbolnăvit de tifos, în 1825. Și asta pentru că Nicolai mai avea un frate mai mare, pe Constantin, care se afla la Varșovia. În cele din urmă, acesta a refuzat să accedă la tron și Nicolai a devenit țar la 1 decembrie 1825. El a stăvilit o revoltă militară chiar în decembrie, căci înalți ofițeri nu erau de acord cu noul țar. Dar Nicolai I a fost încoronat anul următor, în 1826.

De-a lungul celor treizeci de ani de domnie, Nicolai I a purtat și titlurile de rege al Poloniei și Mare duce al Finlandei. Nepregătit pentru domnie, Nicolai a considerat puterea absolută „părintească" potrivită pentru un țar. În consecință, a fost un conservator cu mari ambiții teritoriale, cu o aversiune față în față de opozanții politici, folosind metode represive violente. În perioada domniei sale s-a înregistrat o stagnare economică accentuată, o slabă administrare a provinciilor țării și o creștere spectaculoasă a corupției, coroborată cu o birocrație „bolnăvicioasă".

În finalul domniei sale, pierderea Războiului din Crimea (în care alianța dintre Franța și Imperiul otoman a învins Rusia) a condus la un dezastru economic. În schimb, Nicolai I a avut succes în anexarea de noi teritorii, prin Războiul Ruso-Persan din 1826-28. Rusia a cotropit atunci Armenia și Azerbaijan (ultimele teritorii din Caucaz care-i „lipseau"), după ce „achiziționase" Daghestan și Georgia. Imperiul Rus ajunsese, la apusul domniei lui Nicolai I, la o suprafață de 20 de milioane de kilometri pătrați, dar țara era într-o profundă înapoiere economică.

Nicolai I a murit în 1855, lăsându-l pe fiul său Alexandr al II-lea la tron. Acesta avea să fie asasinat în 1881.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Urmărind şi mama, şi fiica

Rezum mai jos două cazuri, de tip „răpire OZN", înţeles în sens larg, în care ţinta a fost atât mama cât şi fiica ei, o situaţie care apare, de altfel destul de frecvent şi în literatura ufologică din străinătate.

Primul caz este al doamnei Crina C., pe care o cunosc bine şi cazul căreia a fost examinat şi publicat prima oară de Gabriel Tudor. Născută la Bucureşti, în 1970, are o activitate în publicistică. În luna ianuarie a anului 1980, pe când familia ei locuia la curte, în zona Mihai Bravu, a avut, într-o noapte, o trăire ciudată. Ea a povestit ulterior: „Visasem ceva urât. Îmi amintesc clar cum câţiva – doi sau trei – omuleţi, cu un cap exagerat de mare şi nişte ochi imenşi, hipnotici, se învârteau în jurul meu. Nu ştiam ce voiau de la mine, dar simţeam, instinctiv, că urmăreau ceva rău, că făceau experienţe pe corpul meu; mi-a fost groază, efectiv! M-am trezit şi mi-am dat seama că de fapt sunt în pat, alături de bunica mea şi, chiar când mă liniştisem, spunând că fusese doar un coşmar, am văzut distinct, în penumbra camerei, în dreptul ferestrei, o siluetă măruntă, de maxim 1,30 m înălţime. Privind-o atent, am realizat că este una dintre acele creaturi care îmi apăruseră în straniul vis."

Creatura din vis

„Am început să ţip, bunica s-a trezit şi i-a alarmat şi pe părinţii mei... Nu-mi mai amintesc precis cum a dispărut, atunci, umbra cu pricina. Ceea ce am simţit însă a fost o spaimă imensă şi a doua zi, când m-am trezit, am observat că partea stângă a feţei îmi era complet imobilă: ochiul îmi stătea sau închis, sau deschis, gura îmi rămăsese înţepenită, muşchii obrajilor nu-i mai puteam clinti. Mama, căreia i-am povestit totul, a căutat, prin zăpada din curte, vreo urmă, dar zăpada era intactă, ca şi cum nimeni nu trecuse pe acolo. I-a atras în schimb atenţia agitaţia neobişnuită pe care o manifesta câinele nostru: lătra, schieuna, parcă ar fi vrut s-o avertizeze că ceva nu e-n ordine. Apoi m-a dus repede la doctor şi am fost diagnosticată cu «pareză facială stângă». Dar medicii de la Spitalul Fundeni nu au fost capabili să explice ce anume putuse provoca un şoc atât de puternic încât să declanşeze o pareză la o fetiţă de zece ani. În ciuda tratamentului urmat, cu hidrocortizon, care a înlăturat multe dintre efectele acestei pareze, dar a declanşat, totodată şi o serie de alte boli, am rămas cu muşchii faciali afectaţi de misterioasa boală!".

Gabriel Tudor se întreba dacă nu cumva cineva a „umblat" în zona sinusurilor ei, atingând nişte nervi? Oricum, în nenumărate rânduri, încă din copilărie, Crinei i se declanşau inexplicabile hemoragii nazale, de o intensitate foarte scurtă, dar des repetate. Situaţia este frecvent raportată în presupuse cazuri de răpire extraterestră din toată lumea, din cauza unor implanturi care ar fi introduse prin orificiul nazal cu acest prilej.

În timp, Crina a crescut, s-a căsătorit, a dat naştere unui copil. În vara anului 1996, aflându-se la casa de la ţară a mamei sale, din comuna Spineni, judeţul Olt, împreună cu fiica şi cu mama ei, ea a observat că, pe măsură ce se apropia seara, o nelinişte inexplicabilă o cuprindea, ca şi cum ar fi intuit că avea să se petreacă ceva rău. Când s-a înnoptat, mama ei a plecat să se culce, într-o altă cameră, iar Crina şi fetiţa ei – pe atunci în vârstă de şase ani – au rămas să se uite la televizor. Aşa cum povestea ea: „Seara, întotdeauna, mama dezlega câinele, iar acesta venea şi se aşeza pe pragul uşii, păzindu-ne de acolo. Ceea ce m-a mirat a fost faptul că, în seara respectivă, câinele nu a ieşit din cuşcă. A stat acolo şi nu a vrut în ruptul capului să iasă. În mod cert, se temea de ceva. Noi nu prea am dat atenţie acestui fapt, ci ne-am văzut de treabă. Târziu, după ce am stins televizorul, ne-am culcat. Pe la ora trei dimineaţa – nu ştiu precis dacă era trei, în orice caz, cam atât am estimat eu, am avut din nou o trăire neobişnuită. Eram într-o stare ciudată, între somn şi veghe. Eram perfect conştientă, dar nu mă puteam mişca, de parcă trupul nu-mi aparţinea, iar ceea ce era «eu» se refugiase undeva în creier. Am văzut, cu ochii minţii, o derulare de scene care m-a tulburat. O navă de zbor discoidală, asemănătoare cu OZN-urile, să le numesc clasice, cu o mică turelă deasupra, a coborât

încet, pe drum, în dreptul porţii noastre şi din ea au descins trei omuleţi gri, foarte mici de statură şi cu un cap imens. Următorul lucru pe care mi-l amintesc este că aveam ochii larg deschişi, nu puteam zări absolut nimic, fiind o beznă totală, şi afară şi în cameră, ca şi cum cineva trăsese nişte draperii negre în jurul nostru. Eram deci trează, dar tot nu mă puteam mişca. Stăteam acolo, ca paralizată, copilul dormea lângă mine, când am simţit prezenţa acelor fiinţe, dincolo de zidul casei, în colţul de lângă fereastră. În minte am auzit clar gânduri care nu erau ale mele şi sunau în genul: «Am venit după copil şi după tine. Vrem copilul întîi!». Îngrozită, am încercat să mă mişc spre fetiţa mea, dar nu am putut schiţa niciun gest, corpul nu mă mai ajuta cu nimic. Cu o mare concentrare, am reuşit să-mi întind braţele şi să-mi strâng copila la piept. Eram hotărâtă să nu o las în mîinile lor; ştiam că vor să-i facă ceva rău, ceva ce-mi făcuseră şi mie în copilărie. Ei însă continuau să ceară, îmi porunceau de-a dreptul, simţeam această poruncă în minte, deosebit de distinct. Nu era o rugăminte, era un ordin. Trebuia să fac ce spuneau. Dar nu am făcut-o. Am stat acolo, cu fetiţa în braţe, fetiţa în tot acest timp nu s-a trezit deloc, şi am rezistat cererilor lor. Nu ştiu cât să fi durat acest dialog mental, ştiu doar că eram terifiată de spaimă. Conştientă de puterea lor, ştiam totuşi, simţeam, că dacă voinţa mea le interzicea să se apropie, ei nu o puteau face. Şi mai simţeam că acele entităţi de dincolo de zid, pe care nu le vedeam, dar le simţeam prezenţa, nu păreau cu adevărat nişte fiinţe vii, ci mai degrabă nişte roboţi, programaţi să facă ceva anume şi care nu ştiau cum să procedeze în cazul în care acest ceva nu putea fi făcut. În sat, toţi câinii lătrau, urlau disperaţi, numai câinele nostru nu se auzea, de parcă ar fi fost adormit! În jurul orei cinci, pe la mijirea zorilor, am simţit deodată că vizitatorii au dispărut. Nu le mai simţeam prezenţa. Parcă mi se luase o piatră de pe inimă; dar nici n-am mai dormit. Dimineaţa, pe la opt, când am vrut să-i spun mamei ce se petrecuse, ea mi-a luat-o înainte şi m-a anunţat că a avut un vis tare ciudat. Se făcea că un vecin, care murise, făcuse un foc mare în faţa porţii (deci exact acolo unde văzusem eu că staţionase, în aer, nava extraterestră!) şi încerca să între în casă, «ca să ne facă rău». I-am povestit şi eu ce păţisem şi împreună am mers în curte, să vedem eventualele urme. Spre surprinderea noastră, am găsit, în dreptul ferestrelor, mai multe urme dreptunghiulare, lungi cam de 10 cm şi late de 2, adâncite în pământul umed, peste tot, cu 2 cm. Erau paralele şi se desfăşurau ca şi cum fiinţele care le lăsaseră nu merseseră în mod normal, ci mai degrabă ţopăiseră – urmele erau două câte două, imprimate la o distanţă de 20-30 cm. Îmi pare foarte rău că nu mi-a venit atunci ideea să realizez un mulaj al lor, eram poate prea bulversată ca să mă gândesc la asta atunci!"

Globuri luminoase

Crina a mai observat, în dese rânduri, şi globuri luminoase, zburând şi staţionând la mare înălţime, în preajma blocului unde ea locuieşte. „Nu puteau fi nici avioane, cu atât mai puţin sateliţi sau stele, declară ea, fiindcă acestea nu se deplasează aşa cum făceau acele globuri: cu accelerări şi opriri bruşte, cu schimbări de direcţie în unghiuri foarte strânse, ceea ce denotă că sunt ghidate în mod inteligent". De câte ori le vedea, tânăra simţea că au venit pentru ea, sau poate pentru fata ei. De altfel, fetiţa simţea un interes deosebit pentru aceste globuri, le intuia chiar prezenţa şi a făcut, o dată, o remarcă stupefiantă: „Uite, mami, ele au venit iar, să-şi facă datoria!". Pe de altă parte, şi fetiţa avea coşmaruri asemănătoare cu cele pe care mama ei le-a avut în copilărie, deci era perfect posibil ca şi ea să fie în vizorul puterilor nepământene...

Un alt caz a fost publicat de Eugen Delcea, fondatorul şi proprietarul Editurii Obiectiv din Craiova. Două persoane pe care le cunoştea, mamă şi fiică, i-au povestit că au fost răpite de extratereştri, rugându-l să nu le dezvăluie identitatea. În septembrie 2002, într-o seară, fata a observat, deasupra blocurilor din faţă, două „farfurii zburătoare", cu lumini care pâlpâiau pe margine. Stăteau nemişcate şi apropape lipite. În timp ce se întreba „oare, cum o fi în ele?", „i s-a rupt filmul". Când s-a trezit dimineaţa în pat, îşi amintea perfect cum păşea, recent de tot, pe un coridor lung, luminat în alb.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

ŞAMANII şi lumea „reală"

În lumea noastră, pe care o considerăm normală, şamanul este privit ca o creatură umană mai degrabă exotică, un fel de vrăjitor care stăpâneşte forţe obscure de care ne temem, dar care ne şi fascinează prin misterul de care sunt învăluiţi.

Aceasta nu ne împiedică totuşi să ne punem multe întrebări legate de adevăratul lor statut; statut pământesc, dacă vreţi, deşi prin excelenţă şamanii acţionează în cu totul alte universuri decât cel uman, palpabil, perceptibil prin cele cinci simţuri cunoscute. Să vedem, de pildă, dacă şamanii visează la fel ca orice muritor de rând!

Cum visează şamanii

În culturile şamanice visul reprezintă de fapt un portal de acces către „cealaltă lume", pentru a efectua călătorii, experienţe sau din care să acumuleze cunoştinţe, de pildă, despre plantele medicinale. Şamanii pot prelua controlul propriilor lor vise şi chiar să le modifice acestora scenariul. Se vorbeşte în acest context despre visul lucid în timpul căruia conştiinţa rămâne trează, subiectul ştiind că visează într-un vis! Dar nu vorbim despre ceva ieşit din comun sau unic: circa 50% din oameni fac aceasta în mod spontan şi numai în timpul somnului paradoxal. Potrivit neurologilor, aceasta pare un gen de tranziţie ratată.

Dacă în mod natural şamanii sunt indivizi dotaţi cu anumite calităţi, de regulă moştenite şi trecute printr-un riguros proces de instruire şi educare specific, mai nou există şi posibilitatea ca persoane doritoare să cunoască experienţe de tip şamanic să se antreneze, efectiv, pentru aceasta. De altfel, adevărul este că visele lucide fascinează, iar protocoalele de antrenament sunt şi ele abundente. Putem menţiona chiar că doi americani au pus la punct o mască echipată cu şase mici leduri care clipesc atunci când cel care doarme intră în faza de somn paradoxal (însoţit de o mişcare rapidă a ochilor – evident, sub pleoapele închise – numit pe scurt REM).

Persoana care visează, probabil condiţionată să recunoască semnalul, este determinată să înţeleagă că „se află într-un vis" din momentul în care începe să vadă imaginile în roşu. Eficacitatea metodei nu este însă garantată.

Şamanii şi schizofrenia

Din cauza comportamentului lor mai mult decât bizar în timpul transei specifice, s-a pus mereu problema dacă nu cumva şamanii sunt de fapt bolnavi de schizofrenie. Răspunsul este negativ, totuşi anumite similitudini între schizofrenici şi şamani dau bătăi de cap oamenilor de ştiinţă.

În anul 2007, neurologul canadian Pierre Flor-Henry a măsurat activitatea unui creier în transă, pe cel al scriitoarei Corine Sombrun, iniţiată şi formată în şamanism în Mongolia. Pe parcursul transei, percepţiile sale senzoriale erau modificate. Conform rezultatelor electroencefalogramei, aceasta seamănă cu un amestec de depresii, tulburări maniaco-depresive şi schizofrenie.

Şamanii pot „naviga" între starea de transă şi starea normală, ceea ce este exclus în cazul schizofrenicilor. Totuşi, creierul Corinei Sombrun era „sănătos", curat, atunci când nu se afla în transă. De asemenea, ea putea „naviga" între cele două stări, ceea ce este absolut imposibil pentru o persoană afectată de tulburări mentale. Şi-atunci, se poate spune că ar exista o legătură între şamani şi schizofrenici?

Pierre Etevenon, director de cercetări la Inserm, menţionează că trebuie evitat orice astfel de amestec. „Transa nu este o patologie – afirmă el. Corine Sombrun a trecut dincolo de stările patologice datorită instruirii sale în Mongolia. Totuşi, ar trebui să aprofundăm mai mult cercetările pentru a putea explica totul."

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Triptofanul şi insomnia

Nu este bine ca în mod automat când vă supără o insomnie să apelaţi la somnifere. Există şi alte soluţii pe care să le încercaţi. Astfel, mai multe studii au demonstrat că anumite alimente vă pot ajuta să vă odihniţi mai bine, să aveţi un somn liniştit. Pentru că produsele lactate conţin triptofan, un aminoacid care ajută la inducerea somnului, un pahar cu lapte călduţ, băut, îndulcit cu miere, face minuni. Bogate în triptofan sunt şi nucile, bananele, mierea sau ouăle.

Şi o gustare cu carbohidraţi reprezintă o alegere bună pentru un somn liniştit. Câteva cereale (cu lapte sau iaurt), un biscuit din făină integrală sau o felie de pâine integrală cu puţină brânză ar putea reprezenta mica gustare dinainte de culcare. Atenţie însă, nu confundaţi o mică gustare cu o masă cu alimente grele, bogate în grăsimi (cartofi prăjiţi, şnitele, cârnaţi etc.), care vă vor alunga cu totul somnul, acţionând digestia, în loc să lase sistemul digestiv să funcţioneze la minimum pe timpul somnului.

Un pahar cu alcool înainte de culcare poate avea efecte contradictorii: vă ajută să adormiţi mai repede, dar, în acelaşi timp, poate genera un somn neliniştit, agitat, cu transpiraţie nocturnă şi coşmaruri. Cercetătorii spun că pentru a avea un somn liniştit, ar trebui ca paharul cu vin (sau bere) să fie consumat cu cel puţin 6 ore înainte de culcare.

Dr. VALERIU MANTA

Sub soarele torid al verii

Ţinute lejere, volane multe, asimetrii, fie că este vorba despre rochie, fie că vorbim despre bluze, topuri, toate alcătuiesc peisajul modei verii. Nu lipsesc

pantalonii lungi sau foarte scurţi, albi, albaştri sau în culori vii.

Lecţii de nutriţie

Rozmarinul şi funcţiile creierului

Grecii antici susţineau că rozmarinul sporeşte capacitatea de înţelegere, restabileşte memoria pierdută şi trezeşte mintea. Această plantă este aşadar o mică fabrică în care se produc tot felul de compuşi cu beneficii uimitoare pentru creier.

Într-un studiu, cercetătorii au făcut o serie de teste în trei camere: una care mirosea a rozmarin, una în care mirosul era de lavandă şi una fără miros. Grupul care se afla în camera ce mirosea a lavandă a manifestat o încetinire a performanţei creierului, în timp ce grupul din camera cu miros de rozmarin a arătat o performanţă crescută a funcţiilor creierului. Aşadar, cercetătorii au tras concluzia că rozmarinul ajută la funcţionarea mai bună a creierului.

Dar putem obţine acelaşi efect cu aroma de rozmarin creată artificial? Din păcate, răspunsul este nu. Plantele aromatice au compuşi volatili care intră în fluxul sangvin prin intermediul mucoasei nazale şi al plămânilor şi care ajung apoi în creier şi pot avea efecte directe. Acest lucru a fost demonstrat în cadrul unui studiu în care oamenii au fost puşi să rezolve probleme de matematică într-un cabinet infuzat cu aromă de rozmarin. Performanţa lor a fost mult îmbunătăţită direct proporţional cu cantitatea de compus de rozmarin prezentă în sânge.

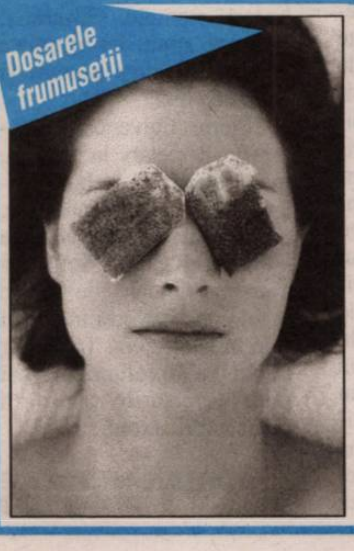
Asta este ceea ce poate face mirosul. Dar dacă mâncăm rozmarin, se întreabă dr. nutriţionist Cristian Panaite. Până în prezent, a existat un singur studiu critic privind performanţele cognitive după consumul de rozmarin. Studiul s-a efectuat pe adulţi cu o vârstă medie de 75 de ani. Aceştia au primit câte două ceşti cu suc de roşii, fie cu o linguriţă de rozmarin pudră, fie simplu, fie cu două linguriţe de rozmarin, fie cu o lingură de rozmarin. Ei au primit chiar şi pastile false pentru a elimina şi mai mult din efectele placebo.

Cercetătorii au descoperit că doza minimă de rozmarin a avut un efect benefic, accelerând viteza de procesare a informaţiei. O doză mai mare de rozmarin a scăzut însă vigilenţa, astfel încât au conchis că nu este recomandat ca oamenii să ia suplimente pe bază de plante cu doze mari, fiind mai util să consume rozmarinul direct în mâncare.

Aşadar, efectele benefice ale rozmarinului asupra creierului au fost demonstrate de cercetători, atât prin aromaterapie, cât şi prin includerea lui în alimente. Începeţi şi dumneavoastră chiar de azi şi condimentaţi-vă mâncarea de prânz cu o linguriţă de rozmarin pudră. Se potriveşte cu aproape orice, de la carne, la supe şi mâncăruri de legume.

Dosarele frumuseţii

Cum vă recăpătaţi aspectul seducător?



După o noapte cu somn insuficient, poate din cauza influenţei Lunii, poate datorită unei cine copioase, dimineaţa vă nemulţumeşte aspectul feţei, cu ochi inflamaţi. Ce puteţi face pentru a vă recăpăta rapid aspectul seducător? Iată câteva soluţii salvatoare.

■ Începeţi cu o baie de aburi, cu o infuzie de ***seminţe de mărar.***

■ Un alt remediu pentru ochii inflamaţi este infuzia de ***albăstrele.*** Se pun 2 linguri de albăstrele într-un litru de apă clocotită, se lasă la infuzat şi când lichidul este doar călduţ se clătesc ochii.

■ Şi ***castraveţii*** sunt recunoscuţi pentru capacitatea de a reduce inflamaţia şi de a îmbunătăţi circulaţia sangvină. Se pun câteva rondele pe pleoape sau se pregăteşte un suc de castraveţi, se înmoaie două dischete şi se ţin pe ochi cel puţin 15 minute.

■ Cofeina din ***ceaiul verde*** ajută la contractarea vaselor mici de sânge, calmând ochii umflaţi. Aplicaţi direct pe ochii închişi două pliculeţe de ceai verde, foarte bine umezite şi lăsaţi să acţioneze 15 minute.

■ Şi ***albuşul de ou*** ajută la stimularea circulaţiei sangvine. Din acest motiv o mască din albuş aplicată în zona ochilor va fi benefică.

Gastronomice

Clătite sărate cu mozzarella

300 ml lapte, 2 ouă, 150 g făină, 2 linguri ulei de măsline, 100 g mozzarella, 50 g parmezan, 4 roşii sau 40 g roşii uscate, 2 ardei graşi roşii, busuioc, rucola, seminţe, sare, piper.

Se pregăteşte un aluat de clătite din lapte, ouă, făină şi puţină sare. Se prepară clătitele (nu prea groase) într-o tigaie de teflon, unsă cu puţin ulei. Peste fiecare clătită se pune brânza mozzarella, roşii (proaspete sau uscate), ardei roşu, busuioc, salată rucola, seminţe şi se rade puţin parmezan. Se împătureşte fiecare clătită în patru şi se serveşte imediat.

Conopidă cu legume aromate

1 kg conopidă, 3 ardei kapia, 3 gogoşari, 3 ardei galbeni, 3 morcovi, 3 căţei usturoi, o linguriţă chimen, câteva boabe de coriandru, ulei de măsline, sare.

Conopida se desface bucheţele şi se pune în apă cu sare pentru 30-40 minute. Celelalte legume se curăţă, se spală şi se taie felii. Se pun toate legumele în vasul de gătit cu aburi pentru 5-10 minute. Într-o tigaie se pune puţin ulei de măsline, se adaugă usturoiul tăiat mărunt, legumele fierte la aburi, chimenul, boabele de coriandru zdrobite, apoi se condimentează şi se lasă pe foc 3-4 minute.

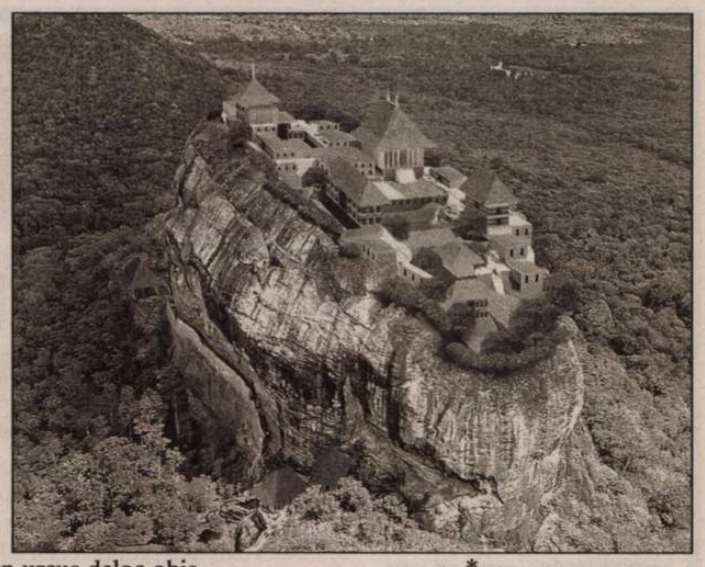
Chec pufos

5 ouă, 2 căni lapte, esenţă de rom, 3 pliculeţe zahăr vanilat, puţină sare, 1 pahar ulei, o cană zahăr, scorţişoară, 2-3 linguri cacao, făină cât cuprinde, 2-3 pliculeţe praf de copt.

Se separă gălbenuşurile de albuşuri şi se bat bine cu mixerul, cu 3/4 din cantitatea de zahăr. Se adaugă mixând continuu şi zahărul vanilat. Când compoziţia devine ca o spumă, se adaugă uleiul câte puţin, şi, după încorporarea lui, laptele şi făina amestecată cu praful de copt, cât cuprinde. Separat, se bat cu mixerul albuşurile cu un vârf de cuţit de sare şi zahăr până devine foarte tare, exact ca la bezea. Se încorporează cele două compoziţii, amestecând doar de sus în jos, cu o lingură de lemn. Se toarnă în forme şi se coc la foc potrivit.

Pagină realizată de ECATERINA BĂTRÂNEANU

Regatul exilului



Aşteptând cu teamă întoarcerea fratelui său Mogallana, regele uzurpator Kassapa a trăit timp de 18 ani înconjurat de servitori şi consilieri, de cele circa 1.000 de curtezane şi, desigur, de o gardă bine înarmată pentru a preîntâmpina un atac fatal. Astfel, fortăreaţa de pe „Stânca Leului" s-a transformat treptat într-un oraş izolat, însă de o frumuseţe rarisimă, datorită arhitecţilor, sculptorilor şi pictorilor care au decorat-o.

Întoarcerea fratelui răzbunător

Într-o zi liniştită, Kassapa a zărit însă, în sfârşit, trupele conduse de fratele său, sosind dinspre sud şi est. A închis imediat toate căile de acces şi a mobilizat apărarea fortăreţei, mizând pe o victorie, dat fiind avantajul conferit de poziţia extrem de avantajoasă a acesteia.

Mogallana era însă un strateg rafinat, astfel că şi-a desfăşurat trupele în jurul imensei stânci, aşteptând ca fratele său să coboare pentru a lupta. Nu pentru luptă însă a coborât Kassapa, ci dintr-un motiv

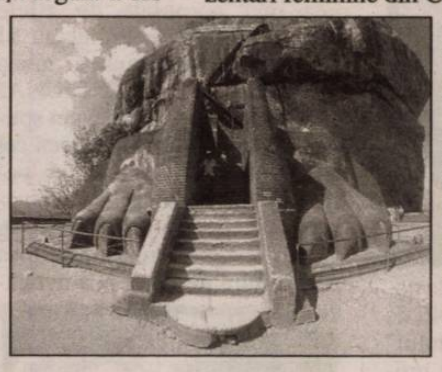
foarte simplu, pe care nu-l prevăzuse: epuizarea resurselor de hrană făcuse ca „inexpugnabila" fortăreaţă să nu mai poată rezista asediului.

Drept urmare, el s-a predat fără luptă şi a avut soarta pe care el însuşi i-o hărăzise odinioară tatălui lor, fiind executat de propriul său frate. Apoi, Mogallana şi-a reluat stăpânirea de drept asupra regatului, iar fascinanta Sigirîya a fost abandonată pentru totdeauna.

Trepte spre cer

Accesul de la baza colosului de piatră până la fascinanta reşedinţă regală a lui Kassapa reprezintă deopotrivă o aventură şi un fel de drum iniţiatic, ca o desprindere de pământ pentru a accede la ceruri.

De jur-împrejur, situl este mărginit de grădini ingenios amenajate şi întreţinute exemplar, alături de arbori şi flori integrându-se perfect în peisaj fiecare colţ de stâncă, fiecare ochi de apă, în simetrii divine. Pentru toate acestea, dar şi pentru palat şi clădirile odinioară locuite există un imens rezervor de apă. Apoi, pentru temerarul doritor să ajungă în inima fortăreţei începe un urcuş deloc obişnuit.



Trepte de piatră înguste, uneori de numai câţiva centimetri, pasaje la înălţimi şi poziţii ce dau senzaţia de vertij şi celui mai curajos aventurier, apoi scări de lemn lustruite de trecerea anilor duc, pe la jumătatea traseului, la o zonă... artistică, unde pereţii de piatră au fost decoraţi cu portrete pictate ale multora dintre curtezanele lui Kassapa numite şi „domnişoarele din Sigirîya" (singurele reprezentări feminine din Ceylonul medieval!) – o altă capodoperă oarecum atipică pentru o asemenea fortăreaţă. Mai departe, urcuşul e protejat de un perete de stâncă strălucitor, ce pare că arde datorită vopselei speciale cu gălbenuş de ou ce dă impresionanta viziune.

* * *

Ultima parte a drumului se parcurge printr-un gen de tunel plasat între labele unui uriaş leu de piatră ce păzeşte fortăreaţa de la cei peste 10 metri înălţime ai săi. Interesant este că însuşi Kassapa era obligat să parcurgă acest traseu, dar numai transportat pe un jilţ special de minimum patru servitori muţi, în condiţiile în care o singură persoană îşi ţinea cu greu echilibrul pe scara abruptă.

Deasupra, descoperim şi palatul regal, construit cu două etaje de piatră, lucru rarisim într-o epocă în care aproape toate edificiile erau realizate din lemn.

În spatele acestuia – piscina regelui, alte bazine, fântâni şi căderi de apă, precum şi indispensabilele toalete întregeau o realizare arhitecturală de excepţie, care face să pălească şi astăzi unele dintre cele mai ingenioase şi mai spectaculoase realizări contemporane în domeniu.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 de locuri de văzut în România

Cheile Jieţului

Chiar dacă e foarte puţin cunoscută turiştilor români şi străini, zona Cheilor Jieţului oferă unele dintre cele mai frumoase şi mai spectaculoase privelişti. Oriunde priveşti vezi stânci abrupte, defileuri strâmte, munţi înalţi şi cascade sălbatice. Ne aflăm într-o regiune care a fost, cândva, vatra cărbunelui românesc şi

care ar putea renaşte, dacă s-ar investi mai mult în turismul local, pentru că logistica, să spunem aşa, este absolut remarcabilă.

Zona la care ne referim şi pe care vă invităm să o vizitaţi chiar vara asta, dacă nu v-aţi stabilit deja concediul în altă parte, este o rezervaţie naturală situată în apropierea oraşului Petrila. Sub versanţii semeţi ai munţilor Parâng se întind, ca o panglică subţire, cheile Jieţului. Drumul prin defileu este spectaculos.

De o parte se află cursul vijelios al Jieţului, de cealaltă versanţii, peste care coboară, ici-colo, câte o cascadă. Aici veţi vedea şi una dintre cele mai înalte şi mai frumoase cascade din Carpaţi, Muncelul, cu o impresionantă cădere de apă de peste 30 m. Deşi nu au mai mult de 11 km lungime, Cheile Jieţului constituie un spectacol unic.

Dacă ajungeţi aici şi sunteţi un pasionat al drumeţiilor, le puteţi străbate într-o zi pe jos, făcând un popas la Cabana Groapa Seacă, unde vă puteţi încărca bateriile cu delicioase bucate tradiţionale, înainte de a porni mai departe.

În punctul numit „La Cleşti" veţi întâlni un loc singular în munţii noştri – un defileu atât de strâmt încât ai impresia că pereţii de stâncă se vor închide peste tine! Pasionaţii de senzaţii tari vor fi încântaţi, dar pentru claustrofobi... nu băgăm mâna în foc!

Călătoria prin Cheile Jieţului va fi o desfătare pentru priviri; dar, dacă vreţi şi o desfătare pentru suflet, puteţi trece pragul mănăstirii Jieţ, aflată la doar un kilometru distanţă de capătul dinspre est al defileului.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Găvanu

Aflată în satul Jghiab, comuna Mânzăteşti, judeţul Buzău, Mănăstirea Găvanu, cu obşte de maici, are hramurile „Adormirea Maicii Domnului", pentru biserica mare şi „Cuvioasa Parascheva", pentru paraclis.

Mănăstirea a fost întemeiată în anul 1707 de ţăranii moşneni de pe Valea Slănicului şi a Râmnicului. Terenul (poiene şi păduri) pe care a fost înălţată prima biserică a fost donat de Moise Ignat Beşliu pe vremea episcopului Damaschin. Într-un inventar din 1863 se menţionează însă că biserica a fost ridicată în anul 1708, aparţinând unui schit de călugări.

Din cauza revărsării pâraielor, a frecventelor inundaţii, schitul este mutat într-o poiană din apropiere – Poiana din Vale, la 150 metri est faţă de actualul aşezământ. Noua biserică este însă profanată şi arsă de turci la 1821.

În 1828 se ridică o nouă biserică din lemn, pictată de Nicolae Zograf şi Ioan Andronescu din Sibiciu, printre ctitori fiind menţionat şi starețul Elisei de la Poiana Mărului. Pronaosul a fost pictat în 1855 de Gheorghe Vasilescu şi Dumitrache Mentupciu, iar despre catapeteasmă se spune că ar fi fost adusă de la Sankt Petersburg.

Secularizarea îi aduce o perioadă dificilă dar în epoca interbelică aşezământul cunoaşte o adevărată renaştere şi, în 1951 este transformat în mănăstire de maici, devenind metoc al mănăstirii Răteşti. În 1958 este închisă de autorităţile vremii dar,

cu toată încetarea activităţii monahale, între 1967-1969 se fac reparaţii suportate de localnici, paza fiind asigurată de un enoriaş plătit de Episcopia Buzău.

Avariile cauzate de cutremurul din 1977 sunt remediate în 1986, iar vechiul clopot din 1792, spart acum, este turnat din nou în 1988 la Râmnicu Sărat.

În 1990, locaşul este reactivat ca mănăstire de călugări şi, în 2007, redevine mănăstire de maici. Tot în 1990 se construiesc o serie de chilii, trapeza şi paraclisul cu hramul Sfânta Cuvioasă Parascheva.

La construcţia bisericii, declarată monument istoric, s-au folosit bârne de lemn de brad căptuşite cu scândură, aşezate pe o temelie de piatră. Este ridicată după un plan treflat cu absidele altarului în şapte laturi şi cele laterale în cinci laturi.

Pridvorul închis este pictat pe scândură şi sunt patru turle egale pe axul longitudinal şi alte două mai mici pe absidele laterale. Clopotniţa are trei clopote, unul mare, din bronz şi alte două mai mici. Catapeteasma, bogat sculptată, este suflată cu aur. Altarul este larg, luminat de două ferestre: una în faţă şi cealaltă în dreapta. Naosul prezintă şi el câte o fereastră pe fiecare parte, iar pronaosul de două pe dreapta şi una pe stânga.

Mănăstirea a desfăşurat o bogată activitate pe mai multe planuri. Aici s-a dezvoltat în jurul anului 1793 o adevărată şcoală, ieromonahul Vissarion funcţionând în calitate de copist.

În timpul revoluţiei lui Tudor Vladimirescu, la 1821, aici au găsit refugiu boierii buzoieni, mai ales cei de origine greacă, partizani ai Eteriei şi, în timpul Primului Război Mondial, când Muntenia era ocupată de trupele germane, pe aici treceau refugiaţii spre Moldova liberă.

IRINA STOICA

Adorabilă și de negăsit

Identificarea celei de-a zecea muze a stârnit una dintre cele mai rafinate dispute neduşmănoase, între oameni luminaţi. După ce Renaşterea a vrut să pună capac peste puzderia de muze propuse de antichitatea greacă, cu diverşi părinţi – de la Homer, Hesiod şi Pausanias, toţi cu viziuni proprii –, s-a înfiripat delicata întrebare: cine este a zecea muză?, că pe celelalte nouă am pus ştampila şi le-am canonizat: italianul Cesare Ripa, în a sa „Iconologia", le-a standardizat definitiv, în 1593.

Şi astăzi e adevărată vorba atenianului Solon: „Muzele reprezintă cheia unei vieţi adorabile". Cum să nu fie aşa, de vreme ce Solon este unul dintre cei şapte înţelepţi ai antichităţii, numai că acum trebuie să facem o precizare „bizară": „muza" înseamnă în greceşte poem sau cântec, de unde şi etimologia cuvântului muzică. Şi, cu voia lui Aristotel, vom trage concluzia acestui silogism: femeia este un poem! (sau cel puţin aşa ar trebui).

Oameni cu carte ai veacurilor trecute au tras la timp un semnal de alarmă, parcă având o premoniţie privitoare la explozia de sex-simboluri feminine în secolul al XX-lea – oare Marilyn Monroe a fost o muză? Dacă da, atunci pentru cine, întrucât dramaturgul Arthur Miller nu a devenit mai prolific când a luat-o de nevastă... Dar să nu uităm că o lojă masonică parisiană pre-

Danae

Venus la oglindă

revoluţioară se numea „Cele nouă surori". De altfel, dincolo de muzele clasice, „muza poetului" este o instituţie europeană înfiinţată de Robert Graves (sec. XII), care s-a dovedit a fi indispensabilă trubadurilor medievali şi conceptului de „a face curte iubitei prin muzică şi versuri". Era explozia de romantism care s-a fâsâit în vremurile noastre, când merţanul, gipanul şi piroga numită iaht înviorează hormonii şi tresaltă silicoanele.

Venus dormind

Misterioasa muză cu numărul zece părea să fie stabilită încă din antichitate, prin persoana poetesei Sappho din Lesbos, născută de Platon. Pentru alţii era Berenike, nevasta lui Ptolemeu II. Pentru francezi, a zecea muză era poetesa Antoinette Deshoulièrs (1638-1694), considerată de Voltaire cea mai talentată scriitoare. Şi din America a ţâşnit o muză suplimentară, în persoana puritanei Anne Bradstreet (sec. XVII), prima poetesă americancă. Mai sofisticaţi, suprarealiştii au găsit-o pe Godiva sau „Femeia care trece prin zid" şi care a fost şi singurul personaj fictiv psihanalizat de Sigmund Freud.

Dincolo de toate aceste frumoase propuneri de ocupare a celui deal zecelea fotoliu de muză, o sugestie a super-umoristului Mark Twain pare să fie cea mai apropiată de zilele noastre. Pentru acest geniu al zâmbetului nedisimulat, muza din culise era... MINCIUNA! Într-un celebru eseu, Twain spunea că minciuna ne farmecă cel mai mult şi că degeaba ne petrecem viaţa descoperind adevărul, căci „braşoavele" ne atrag ca un magnet irezistibil. Însă realismului pesimist al america-

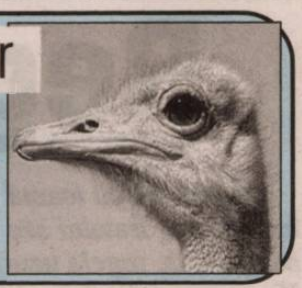
Parnassus

nului i se opune un alt gen de clasificare a muzelor, mai dâmboviţean şi mai apropiat de folclorul urban: „Iubita mea-i o muză/ Până când va fi lehuză".

Vom ilustra acest text cu reproduceri după interesantul pictor francez Simon Vouet (1590-1649), recunoscut pentru supleţea cu care a introdus curentul baroc italian în ţara natală – după un lung sejur în patria lui Caravaggio şi Carracci.

Analiză pe creier

Curiozităţile naturii ne arată cât de important este creierul la vieţuitoare. De exemplu, fericita stea-de-mare nu are creier deloc (dar are nervi), iar struţul are ochii din cap mai mari decât creierul din acelaşi cap. Noi nu glumim!



ZIGZAG în timp şi spaţiu

Prejudecăţi vechi de când lumea

O analiză a unui grup de studiu asupra criminalităţii în SUA a demonstrat, dacă mai era nevoie, că cea mai periculoasă meserie din lume este prostituţia. Statisticile arată că 4 din 100 de mii de femei care vând alcool în prăvălii sunt ucise anual; 29 de femei din 100 de mii de soferiţe de taxi sunt omorâte sau foarte grav rănite, anual. Dar în ceea ce priveşte prostituatele, numărul urcă vertiginos până la 204 femei ucise din 100 de mii – mare parte de autori rămaşi necunoscuţi sau nedovediţi juridic.

Cu alte cuvinte, speranţa de viaţă a unei prostituate (provenind dintr-un grup organizat sau unul ilegal, depinde de legislaţie) este foarte scurtă. De regulă, aceste femei vor să strângă bani şi să înceapă o viaţă normală, poate familială, după treizeci de ani, dar procentul celor care reuşesc este, probabil, foarte mic. Nu există date în această privinţă, căci datele de identificare se schimbă şi respectivele profesioniste preferă discreţia.

Prostituţia este o meserie ubicuă şi, după unele opinii, este greu de înţeles de ce încă reprezintă o dilemă: să fie sau nu legalizată? Dacă este imorală dar este legală, atunci avem de-a face cu o situaţie absurdă? Partea alunecoasă a problemei, aşa cum este ea văzută în unele state evoluate din Europa este următoarea: stabilimentele de tip bordel sunt interzise (inclusiv intermediarii numiţi „peşti"), dar prostituţia stradală este tolerată. Deci trăim în plin absurd, dar dacă el există, atunci nu este altceva decât "normalitate nefirească". În Italia, bordelurile sunt interzise din 1959, dar abia din 2008 se doreşte să se legifereze şi interdicţia asupra prostituţiei stradale. În unele ţări nordice, vinovat în această „aventură" este clientul care plăteşte, nu profesionista care primeşte banii pentru serviciile prestate!

Nimeni nu priveşte fără prejudecăţi asupra antichităţii şi concepţiilor antice despre prostituţie – care aducea venituri şi autorităţilor care taxau casele de toleranţă (lupanarele). Astfel, s-a ajuns la situaţia absurdă – moştenită din evul mediu – când în oraşe era interzisă, dar în afara urbelor era permisă. Mai mult, dacă măsura n-a moderat nicidecum fenomenul, atunci să permitem pe anumite străzi sexul plătit şi pe altele nu.

În secolul al XIX-lea a izbucnit problema îmbolnăvirilor şi acesta a fost un pretext major pentru negativişti. La Londra, în 1839, existau două milioane de locuitori şi 80 de mii de prostituate. Aşa cum spuneau oamenii simpli de atunci, ce să facă o „analfabetă" provenind dintr-un mediu modest care nu are bani de şcoală şi care ar avea un salariu de mizerie ca muncitor necalificat sau slab calificat?

Astfel, una dintre cele mai nefaste concepţii asupra acestei meserii s-a propagat şi s-a amplificat fără ca un sfat al înţelepţilor să domolească spiritele, căci adevărata problemă care macină societăţile este următoarea: este prostituţia organizată imorală? Cine este atât de imaculat încât să stabilească ce este şi ce nu este imoral?

O dezbatere la o televiziune italiană a avut următoarea temă: este frecventarea unei prostituate, de către un bărbat însurat, un adulter?

Pagină realizată de
PAUL IOAN

Atrocităţi uluitoare

Străvechi ritualuri religioase „impuneau" în varii zone ale lumii – de la amerindieni la unele triburi africane şi asiatice – uciderea unor „sacrificaţi de bună-voie sau aleşi de liderii comunităţii, după criterii mistice". Nu ar fi drept să nu amintim şi sângeroasele lupte ale gladiatorilor cu fiarele sălbatice, în Colosseum, şi de aparatura de tortură care conducea inevitabil la moartea unor inocenţi. Arderea pe rug a lui Copernic şi Jan Hus sunt execuţii europene medievale, de la care abia a scăpat şi Galileo. „Regimul Terorii" din Franţa răvăşită de Revoluţie sau lichidările din Rusia stalinistă pot fi considerate drept sacrificii umane în numele unor idealuri atinse de un radicalism suprem.

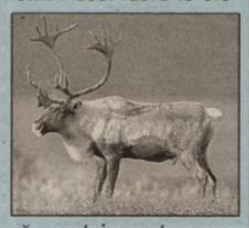
Martirii creştinismului timpuriu şi evreii din lagărele de concentrare reprezintă limite extreme ale unei mentalităţi ucigaşe, inumane, care devalorizau complet omul devenit adversar din convingeri religioase. Holocaustul reprezintă cel mai groaznic exemplu al cruzimii diabolice ajunse la putere şi care pune la zid definitiv înfiorătoarea tradiţie a sacrificiului uman.

Cercetătorii fenomenului subliniază că există şi astăzi oaze de civilizaţie în care sacrificiul uman este

practicat, deşi în statele respective acest ritual este oficial aspru pedepsit conform legii. Astfel, în India mai există comunităţi care o divinizează pe Kali (zeiţă hindusă asociată cu moartea şi distrugerea) şi sacrifică oameni, pe lângă animale. Acelaşi lucru se petrece şi în triburi ale Africii estice, unde ritualurile „muti" (termen zulus însemnând „copac" şi asociat cu un fel de medicină tradiţională) mai ucid oameni. Izolat, s-au consemnat şi în Europa zilelor noastre cazuri incredibile de ritualuri de sacrificiu, de o atrocitate inimaginabilă. O figură aparte este liberianul Joshua Blahyi (foto, născut 1970), care în 2008 a mărturisit sacrificiile umane făcute la îndemnul diavolului, ajunsese consilier spiritual al fostului preşedinte liberian Samuel Doe. Membru al tribului Krhan, Blahyi promova sacrificiul uman la cererea unei zeităţi asimilate diavolului. Acest individ a spus că este vinovat de uciderea a mii de persoane. Faptele s-ar fi comis în perioada Primului Război civil Liberian (1989-1997). Acum prezidează cultul „Trenul sfârşitului lumii" şi afirmă că îi pare rău de tot ceea ce a făcut.

Ştiaţi că...

◆ ...renii pot vedea lumina ultravioletă? Acest lucru le ofe-



ră avantaje pentru a supravieţui.

◆ ...cuvântul „diamant" provine din „adómas" care în greaca veche însemna invincibil sau inalterabil? De fapt numai cu un diamant poţi zgâria un alt diamant.

◆ ...în secolele al XVII-lea şi al XVIII-lea, homarii şi langustele nu erau socotite

alimente de lux? Erau folosite ca îngrăşământ şi le mâncau doar oamenii săraci.

◆ ...statul pe scaun mai mult de 11 ore pe zi, fără o întrerupere semnificativă, este deosebit de periculos? Sporeşte riscul decesului cu 40 la sută.

◆ ...Australia deţine o cantitate uriaşă de energie geotermală?

Aceasta poate asigura întreaga ţară 450 de ani.

◆ ...peştele „balon" poartă acest nume pentru că se umflă neobişnuit de mult? O face pentru a speria inamicul.

◆ ...s-a estimat că Tiranosaurus Rex avea o vedere foarte bu-

nă? Era de 18 ori mai mare decât cea a oamenilor.

Ştiaţi că...

CHIANG MAI

oraşul celor 300 de temple

Deşi ca dimensiuni şi număr de locuitori Chiang Mai este al şaselea oraş din Thailanda, ca importanţă este considerat al doilea, fiind capitală a nordului ţării.

Timp de două secole, începând din 1296, a fost capitala Regatului Lanna şi mai apoi a Regatului de Chiang Mai, supravieţuind în această ipostază până în 1939. Limba locuitorilor este uşor diferită de thailandeză ca şi alfabetul folosit. După înglobarea treptată în Regatul Thailandez, s-a ajuns la o oarecare uniformizare, cu toate că mai există câteva milioane de vorbitori de limbă lanna.

Oraşul, în care locuitorii duc o viaţă liniştită, tradiţională, relaxată avea forma unei fortăreţe aproape pătrate, înconjurată de un canal de apărare. Odată cu dezvoltarea comunităţii s-au ridicat şi alte construcţii în afara zidurilor cu toate beneficiile traiului modern. Cu toate că şi aici a pătruns internetul şi circulă automobile pe străzi, centrul vechi rămâne emblematic pentru întreaga civilizaţie din zonă.

O plimbare în Chiang Mai înseamnă o călătorie în timp, printre cele circa 300 de temple, dintre care în jur de 30 datează din perioada Regatului Lanna. Există în oraş numeroase parcuri cu elefanţi, considerându-se că aici este capitala elefanţilor thailandezi.

Pachidermele sunt blânde şi interacţionează perfect cu turiştii, dintre care mulţi se străduiesc să înveţe să fie „mahut" adică îmblânzitori pentru o zi ai acestor animale.

Dintre monumentele oraşului poate fi remarcată printre altele mănăstirea Phan Tao. Templul este ridicat pe locul unde odinioară se ardeau statuile lui Buddha ce urmau să fie expuse în templul Chedi Luang. De aceea Phan Tao se mai numeşte şi „Templul celor 1000 de cuptoare".

La început acesta a fost o clădire aparţinând de palatul regal şi, în prima jumătate a secolului al XIX-lea, era sediul unor construcţii administrative. Cu vremea clădirea a fost transformată şi amenajată ca un templu.

Templul Chedi Luang

Chedi Luang (Wat Chedi Luang, cuvântul „wat" însemnând „templu"), a fost fondat în secolul al XIV-lea de regele Saen Muang. Iniţial a fost doar un altar în care suveranul a depus urna cu cenuşa a tatălui său. Succesorii săi au adăugat alte corpuri iar în 1475 templul a căpătat forma care l-a consacrat. Aici era expus Buddha de Smarald, celebra statuie aflată astăzi la Bangkok. În mijlocul secolului al XVI-lea templul a fost distrus de un cutremur şi lăsat apoi în părăsire. Se păstrează însă o parte din vechiul altar şi statuile elefanţilor.

Legenda spune că la intrarea în templu se găseau trei arbori seculari dar doi dintre ei nu mai sunt şi, la dispariţia fiecăruia, asupra oraşului s-a abătut o catastrofă. Singurul rămas este considerat sacru.

Treptele spre Wat Phra That Doi Suthep

Remarcabilă este şi piaţa de flori din oraş cu mulţimea ei de lotuşi, trandafiri şi orhidee unde în fiecare an au loc festivaluri tradiţionale.

Grădina Zoologică şi-a deschis porţile publicului larg în 1952 şi dispune de o pădure tropicală, zone deluroase şi mlaştini, un decor natural impresionant cu râuri şi cascade, spaţii în care animalele se plimbă libere, fără a fi îngrădite în cuşti.

În munţi se înalţă templul Wat Phra That Doi Suthep, o mănăstire încărcată de legende la care ajungi pe un drum cu 1000 de serpentine după care urci încă 290 de trepte.

În oraş mai există, pe lângă populaţia majoritară, diverse triburi birmaneze sau tibetane, trăind într-o armonie perfectă şi de aceea în apropiere se află satul femeilor cu gâturi lungi, venite din Burmia şi stabilite aici.

Simboluri ale umanităţii

Aramazd

Zeul suprem armean, Aramazd este stăpânul cerului şi creatorul lumii cereşti şi al celei terestre. Este protectorul vieţii în general şi al fertilităţii în mod deosebit.

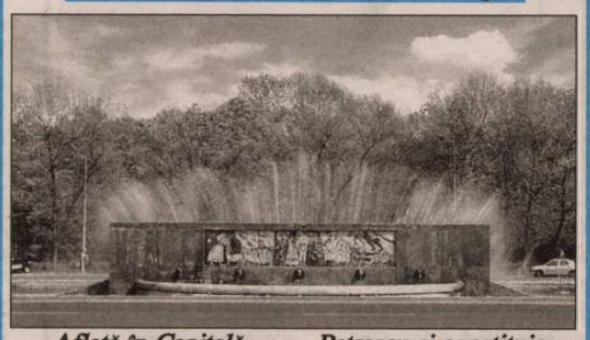
Numele zeului este o combinaţie între cel al lui Aram, strămoşul legendar al armenilor şi al zeului suprem iranian Ahura Mazdu, venerat de zoorastrism ca principiu al binelui. De altfel, primele litere ale numelui său „Ar" reprezintă

rădăcina indo-europeană a cuvântului ce simbolizează soarele, lumina şi viaţa.

Structura mitologică a acestuia a influenţat şi atributele lui Aramazd, tatăl tuturor zeilor şi zeiţelor. Este asociat adesea cu Zeus şi este prezent în Panteonul Zeilor Armeni alături de Vahagan, zeul focului şi al războiului.

Sărbătoarea prin care era venerat se numea Amnor sau Anul Nou, şi avea loc pe 21 martie în străvechiul calendar armenesc.

Fântâna Miorița



Aflată în Capitală pe şoseaua Bucureşti-Ploieşti, în faţa Muzeului de Artă Populară Prof. Dr. Nicolae Minovici, fântâna Miorița a fost construită după planurile arhitectului Octav Doicescu şi îşi datorează numele mozaicurilor care o decorează.

Acestea au fost executate de Miliţa Petraşcu şi constituie o ilustrare a cunoscutei balade.

A fost inaugurată în 1936, cu prilejul expoziţiei Luna Bucureştilor, care s-a desfăşurat între Arcul de Triumf şi pasajul de cale ferată de lângă Vila Minovici.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

Tâlhărie ca-n codru!

De cel puţin 28 de ani, patrimoniul nostru naţional este prădat şi de găinari, şi de infractori versaţi, dar şi de oficiali ai statului ori chiar de persoane din instituţii care ar trebui să apere aceste adevărate tezaure inestimabile. Zeci de kilograme de kosoni şi monede de aur din tezaurul Lysimach sunt date în urmărire prin Interpol.

Aproximativ 2.000 de tablouri şi obiecte de cult posibil furate au fost descoperite la casele de licitaţii şi sunt în curs de expertizare, iar alte 30 de kilograme de monede de aur din tezaurul Lysimach, 25 de kilograme de monede Koson de aur, 5 scuturi regale de fier, 11 brăţări spiralate de aur, toate furate din România, sunt urmărite prin Interpol. În primele şase luni ale anului trecut, poliţiştii de investigaţii criminale au recuperat, în total, 7.446 bunuri culturale, dintre care 3.963 (aproximativ 53%) sunt bunuri arheologice şi monede antice şi medievale sustrase din siturile arheologice din România. În această perioadă, poliţiştii au deschis dosare penale pentru 106 persoane suspecte de infracţiuni împotriva patrimoniului cultural naţional. Tot în această perioadă au fost constatate 323 de infracţiuni din categoria respectivă. Din totalul infracţiunilor constatate, cea mai mare parte (56%) este reprezentată de cele comise la regimul autorizării construcţiilor, 12,5% este reprezentată de furturi, dintre acestea 55% fiind furturi comise în dauna lăcaşelor de cult!

O parte din cercetările poliţiştilor şi procurorilor legate de infracţiuni împotriva patrimoniului cultural naţional au vizat şi casele de licitaţie. La două galerii de artă din Bucureşti care organizau licitaţii au fost făcute percheziţii şi au fost ridicate pentru examinare mai multe loturi de bunuri arheologice, între care trei monede Koson de aur, 1.050 de monede antice de argint (denari romani, tetradrahme etc.), 102 artefacte de metal (o armă dacică tip sica, depozite de unelte etc.) şi 12 statuete şi vase ceramice (inclusiv aparţinând culturii Cucuteni). De la casele de licitaţii au fost ridicate şi peste 2.000 de tablouri, care sunt în curs de expertizare. Poliţia Română a creat o structură specializată în investigarea infracţiunilor contra patrimoniului cultural, din care fac parte peste 50 de poliţişti care au studii în arheologie, arte plastice, istorie sau arhivistică. *(A.N.P.)*

Înmormântare cu surprize

Un tată de familie din California, Frank Kevigan, în vârstă de 82 de ani, a avut o surpriză uriaşă la numai 11 zile după ce îşi înmormântase fiul de 57 de ani.

Acesta, Frank M. Kerrigan, suferea de o maladie mintală şi refuza să trăiască într-o casă sau un azil, preferând să nu aibă un domiciliu fix. Tatăl primise un telefon prin care i se anunţa moartea fiului. Medicul legist îl informa că trupul acestuia fusese găsit într-un boschet, că a murit din cauza acumulării de apă în plămâni şi că a fost identificat după amprente, aşa că nu era necesară venirea tatălui pentru recunoaşterea fiului.

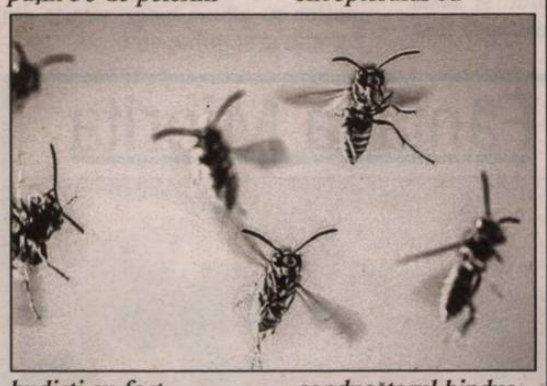
Cu toate că familia nu-l vedea prea des, înmormântarea presupusului ei membru a costat peste 20.000 de euro, iar tatălui, care a deschis coşciugul pentru un ultim rămas bun i-a fost greu să-l recunoască pe cel dinăuntru pe care nu-l văzuse de multă vreme.

Un prieten al familiei, însă a dat nas în nas cu aşa-zisul mort pe care l-a obligat să telefoneze familiei.

În ciuda bucuriei pe care a simţit-o aflând că fiul este în viaţă, tatăl a înţeles imediat că în cazul lui s-a dat dovadă de multă superficialitate. S-a hotărât să depună o plângere împotriva biroului de medicină legală, iar autorităţile cercetează acum atât cauzele erorii, cât şi felul în care s-a produs aceasta. De asemenea, se încearcă să se afle identitatea celui care a fost îngropat din greşeală în locul lui Frank. *(I.S.)*

Când viespile ies la atac

Nu se întâmplă prea frecvent ca insectele să atace omul, dar dacă totuşi un eveniment oarecare declanşează furia micilor vietăţi, aceasta se poate transforma într-un adevărat taifun însufleţit. Recent, cel puţin 50 de pelerini



budişti au fost spitalizaţi după atacul unor viespi petrecut în nord-vestul statului asiatic Sri Lanka. Un veritabil nor de insecte s-a abătut asupra templului Mundal, la 110 kilometri nord de capitala Colombo, în timp ce pelerinii celebrau aniversarea lui Buddha.

Atacurile roiurilor de viespi sunt incidente foarte bine cunoscute şi implicit temute de locuitorii acestei ţări, în care s-a procedat la curăţarea cuiburilor acestor insecte agresive şi periculoase într-un district cu plantaţii de ceai, înainte de vizita prim-ministrului Indiei.

Autorităţile se temeau ca aterizarea elicopterului cu conducătorul hindus să nu declanşeze furia şi agresivitatea viespilor, astfel încât acestea să atace delegaţia oficială. Până la urmă nu s-a petrecut niciun incident de această natură, însă din păcate, în timp, s-au înregistrat numeroase atacuri furibunde ale acestor gângănii dotate cu venin foarte periculos, confruntări în care au existat chiar şi victime umane. (A.N.P.)

Tractoristul vitezoman

Sunt frecvente situaţiile în care pe autostrăzi şi pe şosele obişnuite sunt surprinşi conducători auto care apasă pedala de acceleraţie la maximum, depăşind cu mult suta de kilometri la oră. Asta, desigur, aflându-se la volanul unor bolizi pe patru roţi ori măcar al unor autoturisme capabile să atingă şi viteze... nelegale. Însă probabil nimeni nu s-a gândit veodată că vitezomani se pot afla şi la volanul unui tractor! Şi totuşi, iată că minunea s-a întâmplat!

Un viticultor din Hérault (Franţa) a primit o amendă contravenţională de la autorităţile belgiene, sub acuzaţia că a rulat pe autostradă cu incredibila viteză de 150 km/h; incredibilă, fiindcă omul se afla la volanul bătrânului său tractor. Povestea este mai mult decât surprinzătoare. Rémi Gervais, viticultor din Montagnac, a primit vestea proastă prin poştă.

Autorităţile belgiene din Namur i-au încheiat un proces-verbal pentru infracţiune în domeniul codului rutier. Pentru că, într-adevăr, bărbatul a comis delictul numit exces de viteză, respectiv 150 km/h faţă de cei 120 km/h viteza regulamentară. Ciudăţenia este însă că flashul radarului automat a indicat prezenţa unui vechi tractor franţuzesc.

Întâmplarea are totuşi o latură bizară, demnă mai degrabă de un gen de zonă crepusculară, după cum relatează însuşi tractoristul vitezoman: „În realitate, tractorul meu poate să ruleze cu o viteză de până la 30 km/h, nu mai mult. Şi pe urmă, eu nu am fost niciodată în Belgia!"

În plină neînţelegere, Rémi Gervais a contactat poliţia belgiană pentru a afla mai multe despre insolita situaţie al cărei protagonist a devenit şi pentru a trimite dovezi însoţite de fotografii pentru a-şi demonstra buna-credinţă. „Probabil că tractorul meu va putea intra în Cartea Recordurilor" – a comentat el cu o ironie nedisimulată. *(A.N.P.)*

Onestitate

O reală probă de onestitate a fost dată de un locuitor dintr-un orăşel din apropiere de Toulouse. Omul s-a prezentat la comisariat cu un „sac" în care se puteau vedea numeroase bancnote.

A explicat poliţiştilor că a descoperit un plic impresionant în cutia de scrisori de la dormiciliul său. L-a deschis şi a descoperit înăuntru 1.000 de euro fără nicio însemnare privitoare la proveniența lor.

A telefonat la prieteni, a întrebat printre vecini, evident fără să ofere detalii, dar nimeni nu-i trimisese nicio scrisoare. Plicul nu avea nicio ştampilă şi omul se gândea la o cursă.

Mai mult, temându-se că banii ar putea proveni din traficul de droguri, s-a gândit că singurul lucru bun pe care l-ar putea face ar fi să predea banii poliţiei. Lucru pe care l-a şi făcut, uimindu-i chiar pe oamenii legii. *(I.S.)*

„TOMCAT” – actorul cu nouă vieţi

Cariera unuia dintre cele mai îndrăgite şi mai îndrăzneţe vedete de la Hollywood, Tom Cruise, a fost presărată cu numeroase momente riscante, deoarece actorul insistă să-şi execute singur cascadele, chiar şi pe cele mai periculoase. De altfel încă din copilărie, după propriile sale mărturisiri, Cruise a fost marcat de dorinţa de a-şi testa limitele şi de aceea, nu de puţine ori, s-a aflat foarte aproape de moarte.

În rândurile următoare, vă propunem o scurtă trecere în revistă a incidentelor trăite pe platourile de filmare de cel supranumit „TomCat” (Motanul) nu în ultimul rând şi pentru abilităţile sale uimitoare de a scăpa teafăr din situaţii dificile.

Top Gun

Una dintre primele dăţi când Cruise a trecut razant pe lângă moarte a fost legată de filmările la Top Gun, pelicula care l-a lansat pe tânărul actor. După ce a îndurat cu stoicism dificultăţile legate de zborul cu avioanele supersonice – vă reamintim că în film el joacă rolul unui pilot de încercare – Cruise era cât pe ce să-şi piardă viaţa după ce-s-a catapultat în ocean, iar parașuta de care era prins a început să ia apă într-un ritm foarte rapid.

Din fericire, unul dintre membrii echipei de filmare şi-a dat seama că actorul are dificultăţi şi s-a aruncat în apă, reuşind să-i taie corzile parașutei înainte ca aceasta, îngreunată, să-l tragă la fund.

În „Zilele tunetului”

În „Ultimul samurai”

Nu la fel de norocos a fost unul dintre piloţii profesionişti angajaţi să facă la acest film cascadoriile, acesta pierzându-şi viaţa după ce s-a prăbuşit cu avionul.

Zilele tunetului

Cu prilejul turnării acestei producţii, Tom Cruise a cunoscut-o nu doar pe viitoarea lui soţie, Nicole Kidman, ci şi o experienţă terifiantă. Dornic să piloteze singur maşina de curse pe care evoluează în film, în loc să lase un cascador să facă acest lucru, Cruise s-a antrenat cu reputatul campion NASCAR Hut Stricklin, care i-a dat „undă verde”, impresionat de abilităţile „automobilistice” ale actorului. Dar, în timpul turnării uneia dintre scene, în timp ce Cruise se afla la volan, într-o curbă el nu s-a asigurat bine şi s-a ciocnit cu o maşină care venea din dreapta lui, pe turnantă. A scăpat nevătămat din acest accident, dar camera video ultrasofisticată instalată pe maşina lui pentru a-l filma cât mai de aproape în exerciţiul funcţiunii s-a făcut praf!

Misiune: imposibilă

Într-o scenă din „Misiune imposibilă”, Tom Cruise priveşte cu groază un tanc imens cu apă care explodează. Groaza este cât se poate de reală şi imaginile au fost incluse în varianta finală a filmului, deşi scena n-a decurs aşa cum ar fi trebuit. Mai precis spus, tancul a explodat înainte ca actorul să-şi fi ocupat poziţia în care ar fi fost în siguranţă, aşa că a trebuit să înfrunte uriaşul zid de apă, ce l-a măturat, pur şi simplu. Experienţa s-a lăsat cu numeroase julituri pentru Cruise, în vreme ce un cascador, de asemenea surprins de val, s-a ales cu un picior rupt.

Ultimul samurai

Dacă la „Zilele tunetului”, Cruise şi-a pierdut capul, la figurat, după Nicole Kidman, în „Ultimul samurai” el era să şi-l piardă de-a binelea. Actorul şi partenerul său de scenă, japonezul Hiroyuki Sanada, se aflau pe cai mecanici, în timpul unui duel călare, luptându-se cu săbiile. La un moment dat, Sanada s-a dezechilibrat şi sabia lui a vâjâit, prin aer, la câţiva milimetri de capul lui Cruise, spre groaza echipei de filmare, care a rămas înlemnită.

Misiune: Imposibilă 4

Burj Khalifa este, la ora actuală, cea mai înaltă clădire din lume, aşa că e de la sine înţeles de ce un temerar ca Tom Cruise nu putea rata ocazia de a o escalada. Deşi regizorul şi scenaristul Brad Bird s-a opus categoric, în cele din urmă actorul şi-a impus voinţa, adăugând, sec, înainte de începutul ascensiunii „Sper să nu cad”. Din fericire, nu a căzut, deşi, în timpul scenei respective s-a aflat la peste 400 m înălţime, asigurat doar cu trei cabluri foarte subţiri – aşa încât să nu se vadă pe imaginile filmate.

Mumia

Dintre numeroasele cascadorii periculoase pe care Cruise le-a făcut în timpul filmărilor, poate cea mai terifiantă a fost una care nu a avut însă legătură directă cu respectiva peliculă: Într-un interviu acordat revistei USA Today, Cruise a povestit că, pe când turna „Mumia” şi se afla într-un elicopter, la 700 m deasupra deşertului namibian, a simţit brusc imboldul de a-şi face un selfie şi s-a aplecat în afara elicopterului, pentru ca imaginea să fie cât mai impresionantă. O pală de vânt izbucnită pe neaşteptate a zgâlţâit serios elicopterul şi Cruise, care se ţinea cu o singură mână de bară, a fost cât pe ce să cadă, dar un membru al staffului l-a agăţat de mânecă şi l-a tras înapoi, la bordul aeronavei.

În pelicula „Mumia”

PORTRET

Claudiu Istodor

Bucureştean get-beget (s-a născut în oraşul lui Bucur pe 5 septembrie 1960), Claudiu Istodor a absolvit Institutul de Artă Teatrală şi Cinematografică în 1984, la clasa reputatei profesoare Sanda Manu. Repartizat în veritabila „pepinieră artistică” care a fost şi este Teatrul Tineretului din Piatra Neamţ, a rămas acolo până în 1988.

Încă din timpul facultăţii s-a căsătorit cu actriţa Maia Morgenstern, de care a divorţat ulterior – din legătura lor a rezultat însă un fiu, Tudor Aaron Istodor, care, moştenind talentul de la ambii părinţi, a devenit azi unul dintre cei mai buni actori ai generaţiei sale.

În 1990, Claudiu Istodor a revenit în Bucureşti, mai întâi la Naţional, unde a jucat în „Noaptea regilor”, după Shakespeare, apoi la Teatrul Mic, teatrul lui de suflet, unde a evoluat în zeci de roluri, în piese precum „Peer Gynt” de Henrik Ibsen, „Don Quijote” de Mihail Bulgakov, „Copiii soarelui” de Maxim Gorki, „Bine, mamă, da' ăştia povestesc în actu' doi ce se-ntâmplă în actu' întâi” de Matei Vişniec, „Slugă la doi stăpâni” de Carlo Goldoni sau „Război cu Troia nu se face” după Jean Giraudoux.

Pasionat şi de marele ecran, a evoluat în numeroase producţii cinematografice, debutând în 1983 cu pelicula „Dreptate în lanţuri” şi apoi apărând pe afişul unor filme precum „Misterele Bucureştiului” (1983), „Pas în doi” (1985), „Hotel de lux” (1992), „Trenul vieţii” (2002), „Patul lui Procust” (2001) sau „Carol I” (2009).

Talentatul actor şi-a încercat mâna, dacă ne este permis să ne exprimăm astfel, şi în sfera regiei, realizând un foarte apreciat spectacol cu piesa „Profesiunea doamnei Warren”, de George Bernard Shaw, în care parteneri i-au fost nimeni alţii decât Maia Morgenstern şi fiul lor, Tudor Aaron şi care a fost un adevărat regal de teatru!

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Colţul cu litere

Cărţi şi instalaţii la *Documenta 14*

Scriam săptămâna trecută despre Expoziţia de Artă Contemporană *Documenta* aflată la cea de-a 14 ediţie, deschisă recent, şi o dată la cinci ani, în oraşul universitar Kassel, Germania. Despre această manifestare culturală nu s-a prea scris la noi, numai că acum *Documenta* a fost dominată de „Panteonul cărţilor”, o lucrare monumentală tridimensională, proiect realizat de artista argentiniană Marta Minujin, alcătuită din 100.000 de exemplare selectate din 170 de titluri de cărţi care, de-a lungul secolelor, au fost interzise de autorităţile religioase şi politice.

Opera artistei Marta Minujin a fost prezentată ca o premieră mondială, motivul pentru care ediţia din acest an al *Documentei* a fost atât de mediatizată. Totuşi, opera actuală nu este chiar un proiect original şi nici o premieră, pentru că Minujin a mai produs o operă similară, în urmă cu 34 de ani, după înfrângerea juntei militare din Argentina, un templu asemănător cu cel de la Kassel, construit din cărţi, pentru a denunţa cenzura impusă de dictatură.

În Kassel, colecta de cărţi va continua pe întreaga durată a *Documenta 14,* care îşi va închide porţile pe 17 septembrie, după care cărţile vor fi distribuite publicului, iar monumentul va fi demontat. Să spunem însă că expoziţia de la Kassel a mai adăpostit şi alte proiecte interesante chiar dacă opera Martei Minujin a luat crema manifestării. Astfel, la *Documenta 14,* artistul irakian de origine kurdă Hiwa K. a creat o expoziţie ce include ţevi din ceramică, intitulată „atunci când noi expiram”, ce descrie experienţele sale de viaţă, trăite după ce a fugit pe jos din nordul Irakului în anii 1990.

„A mers pe jos şi a traversat Turcia, apoi a petrecut o vreme în oraşul Patras din Grecia, unde a trăit în astfel de ţevi din ceramică folosite pentru canalizare” a explicat curatorul polonez Adam Szymczyk. Pe de altă parte, Hiwa K consideră că „expoziţia lui reprezintă o reflectare amplă a sărăciei, capitalismului şi a ceea ce se întâmplă atunci când o persoană nu mai are o casă”.

Hiwa K

„Criza refugiaţilor este... rezultatul a ceea ce capitalismul recent a produs şi a adus asupra noastră”, a declarat artistul irakian, folosind cuvinte deloc binevoitoare pentru urechile germane măcar. Şi ca să pună bomboana pe tort, artistul irakian a mai spus că „e interesant să putem să arătăm aceste lucruri în Kassel, pentru că aici există o mare industrie de armament care produce arme pentru alte ţări”. Hiwa K a mai avut o iniţiativă, care i-a fost repede... cenzurată! Oare, ce s-ar întâmpla dacă cineva ar construi un „Panteon al ideilor cenzurate”?

Hiwa K a sperat să poată transforma expoziţia sa într-un spaţiu de cazare din sistemul Airbnb, dedicat vizitatorilor expoziţiei *Documenta 14,* însă autorităţile locale au refuzat propunerea, pe motivul stupid al problemelor „de sănătate şi siguranţa publică”! Doar cei 13 studenţi care au contribuit la decorarea cilindrilor au primit aprobarea de a petrece o noapte în ţevile din ceramică pe durata expoziţiei. La *Documenta 14* a mai fost şi artistul mexican Antonio Vega Macotela care tratează subiecte de mare interes, precum economia globală şi umanitatea. El a expus o maşinărie intitulată straniu „Laminorul sângelui” permiţând vizitatorilor să acţioneze o roată în dispozitivul lui pentru a produce atât monede metalice, cât şi monede digitale, numite „bitcoin”.

Antonio Vega Macotela spune că instalaţia lui reprezintă o reminiscenţă a laminoarelor folosite în Mexic şi Bolivia pentru a fabrica monede, utilizând munca sclavilor şi a animalelor. „Această maşină este diferită, bineînţeles, pentru că energia nu este furnizată de animale sau de sclavi. Va fi furnizată de oamenii care vin să viziteze *Documenta 14*”, a adăugat artistul mexican. E drept, oamenii de azi nu mai sunt sclavii negri de pe plantaţii, ca pe vremuri, sunt doar sclavii anonimi ai sistemului economic global actual, ceea ce ne face să privim cu alţi ochi viitorul...

GEORGE CUŞNARENCU

Cum să vă păstraţi

CAPITALUL AUDITIV

Aşa cum ar trebui să ştie fiecare persoană care a trecut prin şcoală, sunetul ne parvine prin transformarea unei energii mecanice vibratorii care, transmisă de timpan şi oscioarele urechii medii, este convertită ulterior în electricitate de urechea internă, care conţine capitalul nostru auditiv format din 16.000 de celule nervoase (ciliate). Apoi, această electricitate ajunge la creier prin intermediul nervului auditiv, iar noi auzim datorită ariei auditive cerebrale.

Asaltaţi de zgomote

Funcţiile auditive se confruntă însă cu agresiuni din partea telefoanelor mobile, zgomotelor străzii, mediului vieţii cotidiene (sirenele maşinilor de pompieri, de poliţie şi ambulanţă, pickhamere, transport în comun, discoteci, concerte etc.), precum şi ale profesiei practicate de fiecare dintre noi (muncitori, muzicieni, profesionişti din aeronautică, den-

tişti, conducători auto, coafori etc.). De aceea e foarte important să ştiţi cum să vă protejaţi urechile când apare un zgomot asurzitor, iar când vă aşteptaţi la o agresiune sonoră să vă puneţi protectoare pentru urechi. În ceea ce priveşte utilizarea multrăspândităului telefon mobil, acesta nu trebuie ţinut lipit de ureche, ci la o oarecare distanţă de aceasta.

Surditatea, în plină dezvoltare

În contextul unei agresiuni sonore, structurile urechii reacţionează formând substanţe toxice care se acumulează la nivelul celulelor ciliate, împiedicându-le treptat să funcţioneze, până le distrug; iar în prezent încă nu se ştie cum pot fi reparate. Consecinţele riscă să se manifeste în primul rând prin oboseală auditivă şi hipersensibilitate la zgomot, apoi prin apariţia acufenelor. În cazurile mai avansate afecţiunea poate antrena chiar surditatea (10% din populaţie), handicap ce depinde de genetica fiecăruia.

Din păcate, survenirea acufenelor şi a surdităţii este câteodată imediată şi definitivă, deseori la tineri, după o seară petrecută la discotecă ori la un concert. Totuşi, funcţia auditivă îmbătrâneşte începând din jurul vârstei de 50 de ani, când apare o diminuare a percepţiei sunetelor acute; apoi, treptat, se instalează surditatea.

În asemenea cazuri, soluţia optimă este folosirea unui aparat auditiv, ceea ce devine un lucru tot mai comun şi mai simplu de abordat, datorită progresului tehnic deosebit înregistrat în acest domeniu.

Control şi reguli obligatorii

O problemă de reţinut este aceea că nu există un tratament medicamentos înainte de a opta pentru folosirea unui aparat auditiv. A apărut recent doar o speranţă în acest sens: descoperirea unei proteine (pejvakina) la Institutul Pasteur, care poate duce la obţinerea unui medicament. Această proteină ar proteja celulele ciliate împotriva agresiunilor sonore şi a deteriorării urechii odată cu îmbătrânirea.

De asemenea, nu trebuie neglijat un amănunt elementar în cazul oricărei patologii: controlul periodic al funcţiei auzului. Acesta se face în mod sistematic la nou-născuţi, apoi este recomandat între 2 şi 5 ani în momentul dezvoltării înţelegerii corecte a cuvintelor şi vorbirii; urmează un alt moment favorabil şi util la 20 de ani, pentru depistarea unui eventual deficit genetic şi asigurarea prevenţiei. Şi, evident, la cea mai mică problemă semnalată trebuie consultat imediat un medic ORL. Prin urmare, dacă facem un foarte scurt rezumat al celor arătate mai sus, iată care sunt principalele măsuri de aplicat şi reguli de respectat pentru a ne conserva capitalul auditiv cât mai mult timp posibil: ● protejarea cât mai frecvent posibil a urechilor împotriva zgomotelor de orice fel; ● recunoaşterea semnalelor de alarmă; ● controlul calităţii auzului la cea mai mică suspiciune sau dacă există antecedente familiale; ● în caz de debut al surdităţii, apelarea neîntârziată la aparatele auditive. Aceste proteze vor stabiliza auzul şi vor evita instalarea tulburărilor cognitive – de memorie, de atenţie şi de concentraţie.

Vitamina globulelor roşii

Vitamina B4 se mai numeşte şi adenină. Această vitamină favorizează absorbţia fierului în organism. Vitamina B4 are un rol important în producerea acizilor nucleici, respectiv ADN şi ARN. În sânge, concentraţia cea mai mare de adenină este în hematii. Aceasta ajută la diviziunea celulară şi la utilizarea zaharurilor şi aminoacizilor. În cazul femeilor, vitamina B4 are rol important în profilaxia cancerului de col uterin.

Acţiune. Vitamina B4: ● stimulează regenerarea leucocitelor; ● previne accidentele hematologice postmedicamentoase; ● oferă protecţie împotriva paraziţilor intestinali; ● măreşte lactaţia; ● previne anemia prin formarea globulelor roşii; ● conferă pielii un aspect sănătos.

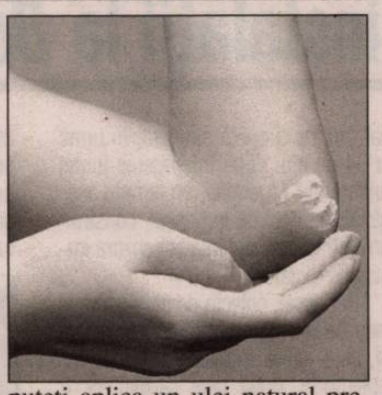
Carenţa adeninei duce la agranulocitoză, adică la scăderea masivă a globulelor albe de la 6.000-8.000 la 1.000-2.000. Această stare expune omul la infecţii severe. Antibioticele şi amidopirinele reduc efectele vitaminei B4 în organism. Dozele zilnice recomandate sunt: pentru copii – 2,5 mg; pentru adulţi – 5 mg.

Surse de vitamina B4. Găsiţi vitamina B4 în următoarele surse naturale: orez şi porumb (boabe integrale); fasole, sfeclă roşie, ţelină, soia; drojdie de bere; seminţe de arbore de cacao, guarana (seminţe); flori de castan sălbatic, dovleac, lemnul-domnului, păducel, pin; frunze de ceai chinezesc, dud alb, viţă-de-vie şi altele.

Coate acoperite de rugozităţi

Numeroase persoane se plâng că pielea de pe coatele lor prezintă frecvent, uneori chiar permanent, o anumită asprime, rugozitate şi că se descuamează în mici fragmente „solzoase", mai ales atunci când mâncărimea locului îndeamnă subiectul să se scarpine. Ce soluţie poate exista la această problemă?

Prima prioritate constă într-o bună hidratare zilnică. Pentru aceasta se recomandă utilizarea de produse cu agenţi hidratanţi precum glicerina sau produse grase pentru piele atopică. Anumite creme pentru picioare uscate şi tălpi crăpate dau, de asemenea, rezultate bune şi în cazul coatelor cu problemele sus-menţionate. În acelaşi timp, trebuie evitată absolut tendinţa de a elimina straturile de piele moartă (descuamaţii) prin scărpinare sau detaşare cu unghiile. Optaţi în schimb pentru un exfoliant blând şi aplicaţi dimineaţa şi seara o cremă pentru îngrijire corporală hidratantă. În caz că nu agreaţi aceste soluţii,



puteţi aplica un ulei natural preparat în casă, hidratant şi emolient, care se poate obţine în mai multe moduri:

■ puţin iaurt integral la care se adaugă câteva picături de ulei de argan sau de măsline; se freacă bine coatele cu acest preparat şi se repetă procedura până la dispariţia rugozităţii;

■ într-un bol, amestecaţi o cantitate mică de feculente împreună cu ulei de măsline sau de argan; frecaţi zonele rugoase câteva minute, apoi spălaţi şi curăţaţi bine locul cu apă caldă.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Tehnologie de top, risc pentru sănătate

Smartphone-ul a devenit o altă realizare tehnologică actuală de top indispensabilă pentru foarte mulţi oameni. Problema este că (şi) acesta implică anumite riscuri pentru sănătate, potrivit specialiştilor el punând în pericol sistemul auditiv al utilizatorului, în special atunci când aparatul este folosit excesiv.

Un raport Anses din 2013 arăta că nu mai puţin de 75% din populaţia lumii poseda un smartphone, dar totodată avertiza asupra riscurilor de adicţie, stres, tulburări ale somnului şi depresii legate de dependenţa de acest aparat care este folosit, în medie, începând de la vârsta de 10 ani. Fenomenul tradus prin teama excesivă (patologică?) de a fi separat de telefonul mobil sau de a pierde o informaţie primită prin intermediul acestuia poartă numele de *nomofobie*. Disponibilitate în orice moment, ascultarea muzicii preferate, emiterea sau primirea de mesaje, comunicarea pe reţelele sociale – acestea şi multe alte aplicaţii fac din smartphone un element de legătură indispensabil vieţii noastre moderne. De la apariţia sa şi evoluţia rapidă, până astăzi, toate generaţiile utilizează mai mult sau mai puţin un asemenea aparat, fără a-şi lua măsuri de protecţie. Pentru că între utilitate şi distracţie, în acest caz nu este decât un pas.

Privitul aproape fără încetare în ecranul mobilului reprezintă un semn major de dependenţă, care poate duce în unele cazuri la aşa-numitul „burn-out numeric". Specialiştii trag semnale de alarmă asupra a ceea ce a devenit pe cât de banal, pe atât de periculos: ore întregi de ascultat muzică, de vizionat filme video, de conversaţii telefonice prin intremediul căştilor şi nu de puţine ori cu aparatul conectat direct la priză. Smartphone-ul nu numai că poate contribui la obosirea sistemului auditiv, ci şi la uzura sa prematură; în plus, prin efectele extraauditive amplifică stresul şi angoasele.

„Vedem pacienţi de 40 de ani afectaţi de tulburări care apar abia la 60 de ani, constată dr. Foeillet, medic ORL. Acest fenomen este determinat în primul rând de muzica amplificată (ascultată la căşti). Zgomotul este inamicul auzului. El accelerează îmbătrânirea şi evoluţia prezbiacuziei." Un efect negativ despre care Frédéric Deban depune mărturie într-o carte în care arată cum un actor a plătit foarte scump „consumaţia" sa de muzică la volum maxim, ascultată la căşti. A doua zi după împlinirea vârstei de 50 de ani, după o noapte de petrecere, acesta s-a trezit aproape totalmente surd, cu violente acufene invalidante. Relatarea, perfect autentică, se doreşte a fi în primul rând un semnal de sensibilizare a tinerilor, pentru a nu ajunge şi ei să trăiască infernul prin care a trecut el însuşi!

Constelația Ayurveda

Alimentație, odihnă, potențial creator-sexual

Ayurveda este medicina indiană tradițională, veche de peste 4.000 de ani. Ca oricare dintre practicile medicale orientale, ea se bazează în primul rând pe tratamente cu plante și extracte din acestea, dar principiile aflate la baza procedurilor sunt inspirate din relația indestructibilă dintre toate părțiele corpului uman, pe de o parte și dintre organismul uman și lumea înconjurătoare, până la dimensiuni cosmice, pe de altă parte.

Sănătatea în trei cerințe fundamentale

Ayurveda este știința multimilenară a vieții care susține că pentru atingerea și menținerea unei cât mai bune stări de sănătate și armonie este necesar ca omul să respecte trei cerințe fundamentale: alimentație naturală sănătoasă, odihnă regeneratoare corespunzătoare și controlul deplin asupra potențialului creator-sexual.

Conform conceptelor Ayurveda, dacă toate cele trei cerințe vitale sunt îndeplinite în mod constant, ființa umană poate atinge și menține apoi o excelentă stare de sănătate, putând avea astfel o viață lungă și fericită. Întocmai cum un trepied nu poate rămâne în poziție verticală dacă nu are cele trei picioare de spijin intacte, la fel și starea de sănătate a omului se bazează pe respectarea celor trei cerințe vitale esențiale. Această viziune ayurvedică este foarte practică și deosebit de utilă tuturor ființelor umane, indiferent de vârstă, sex, de loccul de origine sau nivelul de educație.

În mod natural, pentru a-și putea menține nealterată starea de sănătate și pentru a putea trăi o viață lungă și fericită, omul înțelept trebuie întotdeauna să urmărească, să cunoască foarte bine și totodată să respecte cele trei cerințe esențiale ale unei vieți fericite. În cazul în care doar una dintre ele este neglijată, aceasta va tinde să slăbească și vigilența noastră în a respecta celelalte două cerințe. Dacă nu ne pasă ce mâncăm, dacă mâncăm haotic, orice și oricum, fără să ținem cont de principiile unei alimentații sănătoase, după aceea, în scurt timp, vom constata că nici odihna nu mai este satisfăcătoare sau vom vedea că nu vom mai putea avea un somn liniștit ori vom constata că ne este mult mai dificilă exercitarea controlului asupra dorințelor și a potențialului sexual. În mod similar, dacă nu avem un somn odihnitor sau neglijăm în mod constant necesitatea de a ne odihni, vom ajunge, gradat, la dereglarea obișnuințelor alimentare sănătoase și la diminuarea controlului potențialului sexual.

Este important să reținem că, dacă atunci când simțim că ne e foame ne vom hrăni echilibrat și natural, sau dacă după o muncă grea, fizică sau intelectuală, ne vom odihni suficient pentru a ne regenera și dacă ne controlăm constant simțurile, având totodată activitate sexuală controlată și sănătoasă, toate acestea vor constitui o bază puternică pentru atingerea și menținerea unei stări de sănătate perfectă, pentru timp îndelungat.

De ce să NU bem lapte procesat

Laptele integral, neprelucrat, conține 50% grăsimi (majoritatea saturate) și 20% proteine.

Un pahar de lapte conține aceeași cantitate de colesterol ca o friptură de 100 g. Deci se consumă prea multe grăsimi, proteine în exces (peste 100 g / zi în loc de 40 g / zi).

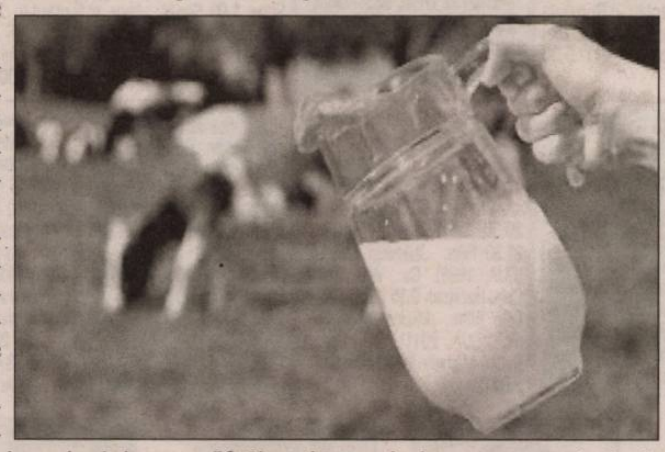
Laptele de vacă fixează atât toxinele prezente în corp, cât și pe cele aduse cu alimentația.

Produsele lactate, în cazul bolilor acute sau cronice (gripe), întrețin focarul de infecție.

Grăsimile neeliminate se absorb la nivelul intestinului subțire și trec în sânge sub forma colesterolului.

Laptele degresat conține 2% grăsimi, dar lactoza și proteinele greu digerabile, care ormează coagulul dens, reprezintă același balast ca și în cazul laptelui nedegresat; organismul pierde Ca, încercând să metabolizeze excesul de proteine adus de lapte și derivatele sale. Așadar, în loc să protejeze de osteoporoză, consumul zilnic de produse lactate determină demineralizarea oaselor. Organismul feminin este astfel clădit încât să secrete lapte, nu să-l primească. Conținând hormoni, dezechilibrează balanța sistemului endocrin feminin.

La bărbați, mai mult, acționează ca niște hormoni feminizanți: diminuează calitatea spermei, determină subțierea vocii, pregătesc terenul cancerului de testicule și de prostată. Laptele de vacă este



cu 50 % mai sărac în lactoză decât cel de mamă. Are doar valoare energetică și de asimilare a mineralelor, ceea ce nu este suficient. Prezența lactozei în intestin este responsabilă de gaze și de balonări.

Stomacul vițelului secretă un fel de cheag necesar degradării și coagulării laptelui, care este de 100 ori mai puternic și mai activ decât presura (cheagul copilului), iar celelalte molecule constitutive ale laptelui de vacă sunt mult mai mari decât ale laptelui matern.

Este un mare efort pe care trebuie să-l facă ficatul și tubul digestiv pentru a degrada uriașele molecule de origine animală. Chiar dacă diluăm cu apă laptele, situația nu se schimbă, căci formula biochimică rămâne aceeași. Cercetări recente au pus în evidență prezența în laptele de vacă a unei molecule deosebit de toxice pentru om. Pasteurizarea laptelui distruge enzimele, iar în procesul de fabricare al anumitor brânzeturi „speciale, fine", se adaugă conservanți (polifosfați, nitriți) periculoși pentru sănătate. Fosfații inhibă absorbția Ca, iar nitrații blochează enzimele digestive prin transformarea lor în nitriți (cancerigeni).

Singurele produse admise obținute din laptele de vacă sunt: untul de casă, smântâna și iaurtul. Laptele de capră se aproprie mult de cel uman și se poate consuma fără riscul îmbolnăvirii, alături de brânza de capră.

Remedii naturale

CIREȘELE „vedetele" verii

Într-un clasament al celor mai savuroase și mai utile pentru organism fructe, cireșele sunt cu siguranță în top. Dar se pare că aceste fructe-vedetă ale sezonului au mai multe calități decât aspectul care te face să îți lase gura apă. Astfel, potrivit oamenilor de știință, cireșele au numeroase efecte benefice asupra sănătății.

◆ ***Un somn mai liniștitor.*** Un lucru poate mai puțin cunoscut despre aceste fructe este că ele sunt sursă naturală de melatonină, un hormon care ajută la reglarea ciclului de odihnă. În timp ce suplimentele de melatonină din comerț au de obicei efecte secundare (dureri de cap, greață, vise ciudate și amețeală), cireșele nu generează așa ceva. Sfatul specialiștilor este să mâncăm cireșe cu o oră înainte de culcare.

◆ ***Bune pentru inimă și pentru sistemul circulator.*** Referitor la melatonină, cercetătorii au descoperit că oamenii care suferă atacuri de cord tind să aibă un nivel scăzut de melatonină, ceea ce poate fi remediat prin consumul de cireșe. Un compus prezent în aceste fructe, polifenolul, s-a dovedit benefic în procesul de prevenire a formării de cheaguri de sânge. În plus, antocianina, de asemenea prezentă în cireșe, protejează vasele de sânge de stresul oxidativ, ceea ce implică faptul că cireșele pot ajuta la prevenirea formării de placă arterială.

◆ ***Protectoare ale creierului.*** Aceiași compuși menționați mai sus – melatonina, polifenolii și antocianinele – au dovedit efecte benefice asupra funcțiilor cerebrale. Toți trei protejează celulele creierului de stresul oxidativ și pot juca un rol în prevenirea diferitelor forme de demență.

◆ ***Antiinflamator natural.*** Potrivit specialiștilor, antocianinele reduc inflamarea aproape la fel de bine ca medicamentele prescrise de medic, cu mențiunea că cele din cireșe nu prezintă și efecte adverse.

◆ ***Medicamentul natural care crește performanța.*** Consumul de cireșe poate ajuta atleții să scape de durerea de după antrenament care apare la mușchi, ceea ce poate rezulta după mai multe zile de antrenament și mai puțin timp destinat refacerii. Efectul a fost demonstrat atât în ceea ce privește alergatul pe distanță lungă, cât și antrenamentul de forță.

◆ ***Prevenirea atacurilor de gută.*** Când bolnavii de gută –.o formă complexă și foarte dureroasă de artrită – au consumat cireșe timp de numai două zile, riscul unui atac de gută a scăzut cu 35% comparativ cu situația celor care nu au mâncat aceste fructe.

◆ ***Adjuvant în prevenirea cancerului.*** Antocianinele din cireșe au dovedit un efect de diminuare a celulelor canceroase și de stimulare a distrugerii acestora. Mai exact, rezultatele cercetărilor în domeniu au demonstrat că reduc ritmul de creștere a celulelor de cancer la colon.

Lactate și brânzeturi... de post

Lanul cu brânzică

După cum mulți știu, există anumite produse alimentare definite și prin importante virtuți terapeutice, care – deși în mod natural provin de la animale – se obțin de fapt din diverse vegetale. În numerele ce urmează vă prezentăm câteva dintre acestea. Astăzi...

Brânza din semințe de floarea-soarelui

Ingrediente:

- semințe de floarea-soarelui;
- o legătură de mărar;
- un căței mare de usturoi;
- sare de mare, piper;
- suc de 1 lămâie;
- curcuma (turmeric);
- muștar.

Mod de preparare:

Semințele se înmoaie în apă și de lasă peste noapte. Dacă folosim semințe uscate, brânza are un gust clar de semințe de floarea-soarelui, care strică toate eforturile.

A doua zi, semințele se macină într-un blender, până ce se transformă într-o pastă (adăugând câte puțină apă, în care s-au înmuiat semințele; cel mai important lucru este să nu exagerați!). Adăugați mărarul mărunțit și restul ingre-

dientelor, faceți din masa obținută un „boț", înveliți-l în tifon, stoarceți și puneți sub presă timp de 8 ore, într-un loc cald. Pe parcursul primelor ore stoarceți periodic apa, care se va scurge. Apoi, aceasta apă poate fi adăugata la supe crude, în loc de ulei vegetal. După fermentare, brânza se pune în frigider peste noapte.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

LUNI – 10 iulie

TVR 1

7.00 1 Matinal 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Descălecați în Carpați (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Întrebări și răspunderi 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Izolați în România 23.00 Ora de știri 0.00 România 9 (r) 1.30 Documentar (r) 2.50 Pulsul zilei (r) 4.40 Profesioniștii (r) 5.30 Întrebări și răspunderi (r).

PRO TV

6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Commando" (SUA, 1985). Cu: Arnold Schwarzenegger 23.30 Știrile ProTv 23.45 Film: „Arma secretă" (coprod., 2002). Cu: Mariel Hemingway, Doug Savant 1.30-5.00 Reluări.

Antena 3

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Reality Show: Temptation Island – Insula iubirii 23.30 Xtra Night Show 1.00 Serial: „Lege și ordine: Brigada specială" 2.00 Observator (r) 3.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Focus 18 (r) 8.45 Trăsniții în NATO 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Focus Magazin 13.00 Camera de râs Pop Kids 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Miss Litoral" (România, 1990) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Apel de urgență 21.30 Dosarele DNA 22.30 Trăsniții 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasă

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Senora" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Film: „Amazoanele: lupta pentru fericire" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc". Cu: Acelya Topaloglu 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 23.45 Serial: „Iubire și onoare" 0.45-4.15 Reluări.

TVR 2

7.00 Documentar 360º – GEO (r) 8.00 Aventura urbană (r) 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 Gala umorului (r) 17.40 Serial: „Legenda cavalerului rătăcitor" (ultimul ep.) 19.00 Telejurnal 20.00 Serial: „Toate pânzele sus" 21.10 Teatrul Național de Televiziune: „Jurnalul unui nebun" de N.V. Gogol 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 23.50-5.25 Reluări.

PRO CINEMA

5.15 La Măruță (r) 7.15 Film: „Toba de rock" (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film (r) 14.15 Film: „Polițist sub acoperire" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Roboți" (SUA, 2005). Cu: Paula Abdul 20.30 Film: „Unde vei fi poimâine?" (SUA, 2004). Cu: Dennis Quaid 23.00 Film: „Oglinzi 2" (SUA, 2010) 1.00 Film: „Paul. Un extraterestru fugit de-acasă" (r) 2.45 Cine A.M.

MARȚI – 11 iulie

TVR 1

7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Izolați în România (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Europa mea 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 #Creativ 23.00 Ora de știri 0.00 România 9 (r) 1.30 Izolați în România (r) 2.00 Telejurnal (r) 2.50 Pulsul zilei (r) 4.40 Oameni ca noi (r) 5.30 Europa mea (r).

PRO TV

6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.00 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Iceman – ultimul meci" (SUA, 2006). Cu: Michael Jai White, Scott Adkins 23.30 Știrile ProTv 23.45 Film: „Adâncul Albastru 2: Reciful" (SUA, 2009) 1.30-5.00 Reluări.

Antena 3

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 iUmor 23.00 Xtra Night Show 1.00 Serial: „Lege și ordine: Brigada specială" 2.00 Observator (r) 3.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Secrete de stil (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Ursul" (România, 2011) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Fete de măritat 21.30 Mondenii 22.30 Trăsniții 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasă

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc ostei" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-4.15 Reluări.

TVR 2

7.00 Documentar 360º – GEO (r) 8.00 Aventura urbană 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 Natură și aventură (r) 17.10 Cap Compas (r) 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyeo" (ep.1) 19.00 Telejurnal 20.00 Serial: „Toate pânzele sus" 21.00 Destine ca-n filme 22.00 D'ale lu' Mitică (r) 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 23.50-5.25 Reluări.

PRO CINEMA

6.15 Film (r) 8.30 Ce spun românii (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Roboții" (r) 14.00 Film: „Al șaselea jucător" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Petrecere pentru Gillian" (SUA, 1996) 20.30 Film: „Regăsirea" (SUA, 2002). Helen Hunt, Colin Firth 22.30 Film: „Filmul 43: Scandalos" (SUA, 2012) 0.30 Film: „Regăsirea" (r) 2.30 Film: „Încredere fatală" (SUA, 2001) 4.00 Cine A.M.

MIERCURI – 12 iulie

TVR 1

7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Eu, consumatorul (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Convietuiri 17.00 Telejurnal 17.30 Doc.: „Secrete de război" 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Banii tăi 23.00 Ora de știri 0.00 România 9 (r) 1.30 Zon@ (r) 2.50 Pulsul zilei (r) 4.10 Eu, consumatorul (r) 4.40 Memorialul Durerii (r) 5.30 Documentar (r).

PRO TV

6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Inamicul statului" (SUA, 1998). Cu: Will Smith, Gene Hackman 0.15 Știrile ProTv 0.45 Film: „Misionarul războinic" (SUA, 2011). Cu: Gerard Butler, Michelle Monaghan 3.00-5.00 Reluări.

Antena 3

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 iUmor 23.00 Xtra Night Show 1.00 Serial: „Lege și ordine: Brigada specială" 2.00 Observator (r) 3.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Casa construcție și design (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „De ce are vulpea coadă?" (România 1988) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „Jandarmul la plimbare" (Franța, 1970) 22.30 Trăsniții 23.45 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30 Nunți de poveste 2.30-6.00 Reluări.

acasă

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-4.15 Reluări.

TVR 2

7.00 Documentar 360º – GEO 8.00 Aventura urbană 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 Destine ca-n filme (r) 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyee" 19.00 Telejurnal 20.00 Serial: „Toate pânzele sus" 21.10 Telecinemateca: „Stigmatul răului" (SUA, 1958). Cu: Charlton Heston, Orson Welles 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 23.50-5.25 Reluări.

PRO CINEMA

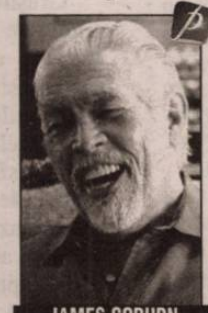
5.00 La Măruță (r) 7.00 Film: „Roboți" (r) 9.00 Ce spun românii (r) 10.15 Serial: „La bloc" (r) 12.30 Film: „Petrecere pentru Gillian" (r) 14.30 Serial: „La bloc" 16.45 Film: „Sunetul muzicii" (SUA, 1965). Cu: Julie Andrews, Christopher Plummer 20.30 Film: „Instrumente mortale: Orașul oaselor" (coprod., 2013) 23.00 Film: „Iubire ca la Hollywood" (coprod., 2008) 1.00 Film: „Instrumente mortale: Orașul oaselor" (r) 3.15 Cine A.M.

CHRISTOPHER PLUMMER – miercuri, 16.45 –

MILLA JOVOVICH – duminică, 23.30 –

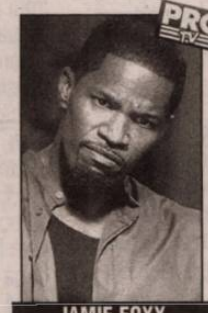
CHARLTON HESTON – miercuri, 21.10 –

MICHELLE WILLIAMS – joi, 1.00 –



JAMES COBURN – joi, 20.30 –

ACELYA TOPALOGLU – luni-vineri, 20.00 –



JAMIE FOXX – sâmbătă, 23.00 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 13 iulie

TVR 1

7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Banii tăi (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Akzente 17.00 Telejurnal 17.30 Lozul cel mare 18.00 M.A.I. aproape de tine 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Drum bun! 23.00 Ora de știri 23.55-5.30 Reluări.

PRO TV

6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Acasa la Coana Mare" (SUA, 2006). Cu: Martin Lawrence, Emily Procter 23.30 Știrile ProTv 23.45 Film: „Misiune de Craciun" (coprod., 2004). Cu: Eddie Griffin, Vinnie Jones 1.30-5.00 Reluări.

Antena 3

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la muncă 23.30 Xtra Night Show 1.00 Film: „Incendiar" (SUA, 2008). Cu: Michelle Williams, Ewan McGregor 3.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Focus din lumea-n cap (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Șantaj" (România, 1981) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „În ape tulburi" (SUA, 2000). Cu: James Coburn 22.30 Trăsniții 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasă

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-4.15 Reluări.

TVR 2

7.00 Documentar 360º – GEO (r) 8.00 Aventura urbană (r) 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 D'ale lu' Mitică (r) 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyeo" 19.00 Telejurnal 20.00 Serial: „Toate pânzele sus" 21.10 Film: „Trei fugari" (SUA, 1989). Cu: Nick Nolte, Martin Short 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 23.50-5.25 Reluări.

PRO CINEMA

5.45 Serial: „La bloc" (r) 6.45 Film (r) 8.45 Ce spun românii (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film: „Sunetul muzicii" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Sfârșitul aventurii" (SUA, 1955) 20.30 Film: „Destul!" (SUA, 2002). Cu: Jennifer Lopez, Bill Campbell 22.45 Film: „Măcelul" (SUA, 2009). Cu: Lucy Holt, Amy Shiels 0.45 Film: „Destul!" (r) 2.45 Cine A.M.

VINERI – 14 iulie

TVR 1

7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Drum bun! (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Fără etichetă 16.05 EURO polis 17.00 Telejurnal 17.30 Cooltura 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 Doc.: „Unde sunt banii?" 22.00 Descălecați în Carpați 22.30 Eu, consumatorul 23.00 Ora de știri 0.00 Profesioniștii (r) 1.00 Politică și delicatețuri cu Mircea Dinescu (r) 4.10 Tezaur folcloric (r) 5.00 Documentar (r) 5.55 Eu, consumatorul (r).

PRO TV

6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Film: „Demon pe două roți" (coprod., 2007). Cu: Matt Long, Raquel Alessi, Brett Cullen 22.45 Film: „Ruslan" (coprod., 2009). Cu: Steven Seagal, Mike Dopud 0.45-4.15 Reluări.

Antena 3

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la muncă 23.30 Film: „Jocul supraviețuirii" (SUA, 2009). Cu: Gerard Butler, Michale C. Hall 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Chef Dezbrăcatu' (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Un surâs în plină vară" (România, 1963). Cu: Sebastian Papaiani 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „Păcală se întoarce" (România, 2006). Cu: Denis Ștefan 23.15-5.45 Reluări.

acasă

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 23.30 Serial: „Iubire și onoare" 0.30-4.15 Reluări.

TVR 2

7.00 Documentar 360º – GEO (r) 8.00 Aventura urbană 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Ieri-Azi-Mâine 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyeo" 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Oscar" (SUA, 1991). Cu: Sylvester Stallone, Ornella Muti 22.00 Gala umorului 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 0.10 Film: „Deliciile din Pont-Aven" (Franța, 1975). Cu: Jean-Pierre Marielle 2.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

5.00 Film (r) 8.30 Ce spun românii (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film (r) 14.15 Film: „Un semn invizibil" (SUA, 2010). Cu: Jessica Alba 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Titan A.E." (SUA, 2000) 20.30 Film: „Gargantua" (SUA, 1998). Cu: Adam Baldwin, Julie Carmen 22.30 Film: „Bellamy" (Franța, 2009) 0.45 Film (r) 2.30 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 15 iulie

TVR 1

7.00 Vreau să fiu sănătos! (r) 8.00 Doc.: „Vestigii și patrimoniu" 8.30 Descălecați în Carpați (r) 9.00 Oameni ca noi (r) 9.30 M.A.I. aproape de tine (r) 10.00 Zon@ 11.00 Cooltura (r) 12.10 Muzici și tradiții în Cișmigiu (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Adevăruri despre trecut (r) 15.00 Ora regelui (r) 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Lumea azi 17.30 La un pas de Romania 18.00 Exclusiv în România (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Dosar România 22.00 Profesioniștii 23.00 Recurs la morală 0.00-5.35 Reluări.

PRO TV

6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Știrile ProTv 10.00 Film: „Jurnalul unui puști: Căldură mare" (SUA, 2012) 12.00 Ce spun romanii (r) 13.00 Film: „Povestea unui cavaler" (SUA, 2001) 16.15 Film: „Ultima cruciadă a lui Indiana Jones" (SUA, 1989) 19.00 Știrile ProTv 20.30 Film: „Comoara națională" (SUA, 2004) 23.00 Film: „Miami Vice" (SUA, 2006). Cu: Jamie Foxx 1.30-4.30 Reluări.

Antena 3

6.00 Observator 9.00 Film d.a.: „Mica sirena" (SUA, 2000) 10.30 Ham Talent 13.00 Observator 14.00 Film: „O mie și una de nopți" (ultima parte) 16.00 Observator 17.00 2K1 cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.00 Mr. Bean 20.30 Fantastic Show 23.00 Temptation Island – Insula iubirii (r) 2.00 Film: „O mie și una de nopți" (r) 4.00 Serial: „La birou".

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniții (r) 8.45 Secrete de Stil 9.30 Teleshopping 10.00 Cetatea Rășnov 10.30 Mama mea gătește mai bine (r) 11.30 Cu lumea-n cap 12.00 Teleshopping 13.00 Focus 14.00 Mi-s băiatul de la țară 16.00 Film: „Jandarmul la plimbare" (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Super Cireașa de pe tort 22.00 Film: „În ape tulburi" (SUA, 2000). Cu: James Coburn, Blake Clark 0.30-5.00 Reluări.

acasă

5.15 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.15 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Senora" 20.00 Serial: „Amazoanele: lupta pentru fericire" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-3.30 Reluări.

TVR 2

7.00 5 minute de istorie 7.10 Serial (r) 8.00 Film d.a.: „Sid, micul savant" 9.00 Serial: „Safari" 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 Serial: „Cireșarii" 12.00 Euromaxx 12.30 Pofticioși, la cratiță! 13.30 Film: „Hanni și Nanni" (Germania, 2010) 15.00 Gala umorului (r) 16.00 Gustul Moldovei 17.00 Euromaxx (r) 17.30 E vremea la ... să vezi lumea! 18.00 Serial: „Legea lui Doyle" 19.00 Telejurnal 20.10 O dată-n viață. Best Of 22.10 Film: „Născut din nou" (coprod., 2012) 0.30-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „Sfârșitul aventuriii" (r) 10.00 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film (r) 14.15 Film: „Titan A.E." (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Jocurile seducției" (SUA, 2001). Cu: Ashley Judd, Hugh Jackman 20.30 Film: „Aventura în doi" (SUA, 1998). Cu: Pierce Brosnan, Rene Russo 22.45 Film: „Bunraku" (SUA, 2010) 1.15 Film: „Aventură în doi" (r) 3.15 Cine A.M.

DUMINICĂ – 16 iulie

TVR 1

7.00 Teleenciclopedia (r) 8.10 Universul credinței (r) 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Ultima ediție 15.00 Politică și delicatețuri cu Mircea Dinescu (r) 16.00 Doc.: „Arheologia crimei" 17.00 Dosar România (r) 18.00 Lozul cel mare 18.30 Doc.: „Direcția: sud-vest!" 19.00 Poveste după poveste 20.00 Telejurnal 21.10 Muzici și tradiții în Cișmigiu 23.00-5.30 Reluări.

PRO TV

6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile ProTv 10.00 Film: „Povestea unui cavaler" (r) 12.00 Ce spun romanii (r) 13.30 Apropo Tv 14.30 Film: „Comoara națională" (r) 16.30 Film: „Omul Paianjen" (SUA, 2002). Cu: Tobey Maguire 19.00 Știrile ProTv 20.30 Film: „Transformers: 3" (SUA, 2011) 23.30 Film: „Fețe în mulțime" (coprod., 2011). Cu: Milla Jovovich, Julian McMahon 1.30-5.00 Reluări.

Antena 3

6.00 Observator 9.30 Film: „Păpușile Muppets în turneu" (SUA, 2014) 11.30 Plasa de stele – Răzbunarea vedetelor 13.00 Observator 14.00 Film: „Operațiunea Monstru" (România, 1976) 16.00 Observator 16.45 Fantastic Show (r) 19.00 Observator 20.00 Film d.a.: „Frumoasa adormită" (SUA, 1959) 21.30 Film: „Călătoria 2: Insula misterioasă" (SUA, 2012) 23.30 Film d.a.: „Frumoasa adormită" (r) 2.30 Plasa de stele – Răzbunarea vedetelor (r) 4.15 Serial: „La birou".

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniții (r) 8.45 Casa: construcție și design 10.00 Film: „Un surâs în plină vară" (România, 1963) 12.00 Teleshopping 13.00 Focus 13.30 SuperCireașa de pe tort (r) 15.30 Chef Dezbrăcatu' 16.00 Film: „Sexy Harem Ada Kaleh" (România, 2001) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Schimb de mame 22.30 Film: „Părinți ideali" (SUA, 1994). Cu: Elijah Wood 0.30-4.30 Reluări.

acasă

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.15 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Senora" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Amazoanele: lupta pentru fericire" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Senora" 20.00 Serial: „Amazoanele: lupta pentru fericire" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-3.30 Reluări.

TVR 2

7.00 5 minute de istorie 7.10 Serial (r) 8.00 Film d.a.: „Sid, micul savant" 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură și aventură 11.00 Serial: „Cireșarii" 12.00 Doc.: „Azi despre mâine" 12.30 Pofticioși, la cratiță! 13.00 Natură și sănătate 13.40 Film: „Imposibila iubire" (România, 1983. partea I) 15.00 Euromaxx (r) 15.30 Duelul pianelor 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Serial: „Legea lui Doyle" 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Imposibila iubire" (partea a II-a) 22.10 Filmul de artă: „Călăuza" (URSS, 1979) 1.10-5.00 Reluări.

PRO CINEMA

5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „Un semn invizibil" (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Titan A.E." (r) 14.00 Film: „Jocurile seducției" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Prietenie" (SUA, 1984). Cu: Richard Dreyfuss, Susan Sarandon 20.30 Film: „Un om periculos" (SUA, 2009) 22.30 Film: „Băi, care mi-ai șutit mașina?" (SUA, 2000) 0.15 Film: „Un om periculos" (r) 2.15 Cine A.M.

Integramă de **M. ALBU**

LEGĂTURI

ASCULTĂTOARE / CONDUITĂ ÎN LUME		GARANȚII IMOBILIARE / TINERI CĂSĂTORIȚI		CUTIA CU VOTURI / MIEZ DE CORN!		RĂSPUNS AFIRMATIV / BĂUTURI ALCOOLICE		BECULEȚ ÎN CIRCUIT / PUIUL OII		AU DINȚI LIPSĂ / ZĂPADĂ	
SCHIȚĂ / ARBUST DE ORNAMENT							GÂNDURI / PLASE PESCĂREȘTI				
				FĂCUTE SCRUM / SUAV, DELICAT					MĂSURI PE OGOR / RĂSĂRIT		
CÂNTECEL GERMAN / SIMBOL FEMININ					ZÂNE RELE / O VIAȚĂ DE OM					BONURI DE CANTINĂ	
		OM CULT / VIN DIN OLTENIA						A CUNOAȘTE / AX LA MAȘINĂ			
	JURNAL DE ȘTIRI / ANUNȚURI DIN PRESĂ					A LUA VIRAJUL / ECHIPĂ ENGLEZĂ					ÎNTĂRITURĂ LA PANTOF
			SPUS DIRECT / STAȚII FEROVIARE						ÎN RUCSAC! / TARE LACOM		
ASTFEL / VAS DE PRĂJIT / BABOI							VAS DE LUX / UN OM OARECARE				
					ÎN REALITATE / BLUZE DE BORANGIC						
DIN LOC ÎN LOC / A SCOATE TRILURI				CÂNTECUL UNEI ȚĂRI				ÎNCEPUT DE ITINERARI			
						MATERIAL DE NASTURI					

Un englez de familie bună este întrebat care e diferența dintre Anglia, Irlanda și Scoția. El răspunde cu următorul exemplu:

– Dacă o persoană în Anglia este invitată la ceai și cere mai mult zahăr, va primi de la stăpâna casei o bucățică foarte mică. În Irlanda, stăpâna casei îi va întinde zaharnița și o va ruga să se servească. Dacă în Scoția ar fi formulată o astfel de dorință, stăpâna casei îi va spune încetișor: „Nu ați amestecat destul ceaiul”.

Umor

Doi canibali stau în pom. Pe jos trece un cavaler în armură.

Unul dintre ei spune:

– Azi mâncăm conserve!

Un om intră la un pet shop și vede într-o colivie un papagal legat cu două sfori. Îl întreabă pe vânzător:

– Nu vă supărați, de ce are papagalul ăsta două sfori legate de el?

– Păi, dacă tragi de sfoara de la piciorul stâng, papagalul vorbește în engleză.

– A, da???

– Și dacă tragi de sfoara de la piciorul drept, papagalul vorbește în franceză.

– Chiar?? Dar dacă tragi de ambele sfori simultan, ce se-ntâmplă?

La care papagalul:

– Cad în fund, băi cretinule!

SUDOKU

jocul săptămânii: 27

8	7	3	4	2	6	5	1	9
4	2	1	9	7	5	6	3	8
6	9	5	1	8	3	4	7	2
1	6	7	2	4	9	8	5	3
5	4	9	6	3	8	1	2	7
2	3	8	5	1	7	9	6	4
7	1	6	3	9	4	2	8	5
3	5	4	8	6	2	7	9	1
9	8	2	7	5	1	3	4	6

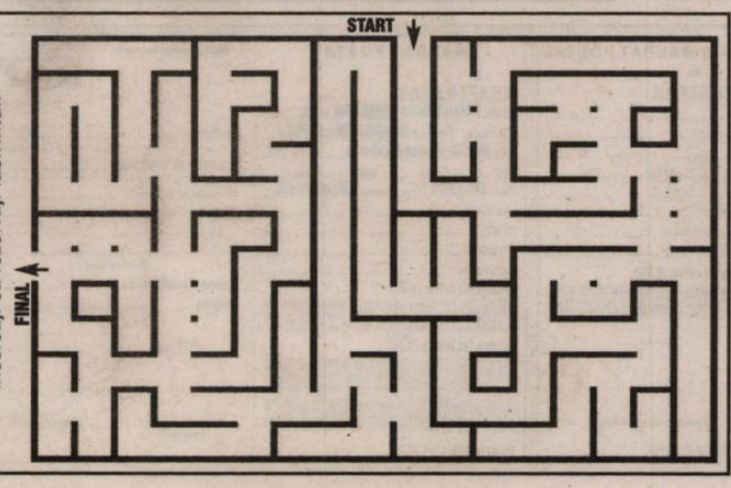
Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 26

9	5	4	6	1	3	2	7	8
8	7	6	4	5	2	3	1	9
3	1	2	9	8	7	5	6	4
5	2	9	7	6	1	4	8	3
4	8	1	3	2	5	7	9	6
7	6	3	8	9	4	1	2	5
2	4	8	5	7	6	9	3	1
1	9	5	2	3	8	6	4	7
6	3	7	1	4	9	8	5	2

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



SOLUȚIA INTEGRAMEI „FANTEZII”.
Orizontal: A - P - T - S - J - F - ELECTRICIENI - IC - VIA - ETUI - IFOS - AMAR - RN - IUTI - BRIC - T - SI - EROIC - ARA - O - MIEI - UIMI - LUA - ANTIC - SA - CHILIE - NICI - PIAN - SCHIA - U - DREPT - ARTAR - SEICI - URIASA.

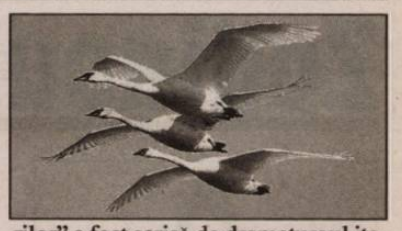
Verificați-vă cunoștințele!

Păsări

1. Cum se numește știința care se ocupă cu studiul păsărilor?
2. Cum se numește pasărea miraculoasă din mitologia vedică, numită și Pasărea Regală, care întrece în zbor vântul și servește ca vehicol aerian și ceresc zeului Vișnu?
3. Unde trăiau cumplitele păsări din mitologia greacă, păsări cu ciocuri de aramă și aripi de bronz, sfâșiind oameni și animale, alungate de Herakles?
4. Cine a scris romanul „Pasărea Spin”?
5. Cine a compus muzica operetei „Vânzătorul de păsări”?
6. Ce mare sculptor român este autorul lucrării „Pasărea măiastră”?
7. Cine a realizat, în 1987, filmul american „Pasărea” (Bird)?

Răspunsurile din numărul trecut

1) Orașul este o formă complexă de așezare umană, având multiple dotări edilitare, de obicei cu funcție pșolitico-administrativă, industrială, comercială și culturală. 2) Primele orașe au apărut începând cu mileniul al VII-lea î.Hr. 3) Numele Capitalei noastre, București, vine de la legendarul cioban Bucur, care coborând cu turma spre Dunăre s-a oprit pe malul Dâmboviței, unde și-a ridicat o stână în jurul căreia s-a întemeiat orașul. 4) Comedia „Napoli, orașul milionarilor” a fost scrisă de dramaturgul italian Eduardo de Filipo (1900-1985). 5) Uvertura „O noapte la Madrid” aparține compozitorului rus Mihail Ivanovici Glinka (1804-1857). 6) Lucrarea în acuarelă „Piață din Mangalia” poartă semnătura lui Francisc Șirato. 7) Filmul „Philadelphia” a fost realizat de regizorul Jonathan Demme.



Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Paradisul” ne-au trimis răspunsuri corecte următorii cititori: *Florentina Gorea,* Toplița; *Mioara Popa,* Iași; *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcâianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Ing. Mihai Waspusch,* București.

✉ ***ELENA ISPAS, Piatra Neamț.*** Ne bucură mult revenirea dumneavoastră și sperăm că ne veți scrie mai des.

Vă dorim tuturor o vacanță cât mai plăcută și mult succes în toate domeniile! *(Irina Stoica)*

Sfaturi practice

Plantele care purifică aerul

Din ce în ce mai mult ne dorim un aer cât mai curat în locuința noastră. Specialiștii în domeniu ne recomandă că la fiecare 8 metri pătrați de spațiu locuibil să existe câte o plantă. Iată o listă cu cele mai cunoscute purificatoare ale aerului:

● ***Iederea englezească*** este utilă pentru curățarea aerului de substanțe toxice. Există specii care nu sunt cățărătoare, ci pot fi crescute în coșuri suspendate.

● ***Palmierul Bambus*** înlătură din aerul respirat formaldehida. Planta are nevoie de un pământ mereu umed și nu trebuie poziționată în lumina directă a soarelui.

● ***Crinul Păcii*** este una dintre celel mai sănătoase plante de partament, utilă în dizolvarea toxinelor din aer. Pentru a se dezvolta abundent se recomandă spălarea frunzelor.

● ***Palmierul Areca*** este recomandat persoanelor care suferă de alergii respiratorii sau de astm bronșic.

● ***Arborele de cauciuc*** este considerat a fi una dintre cele mai eficiente plante de

eradicare a formaldehidei din aer și tolerează temperaturile scăzute și lumina redusă. Are nevoie de apă din abundență, mai ales vara. *(Va urma)*

Zodiacul zeilor indieni 2

ZEUL SHIVA

Ziua naşterii: 4, 14, 18, 28

Zeul Shiva este considerat de hinduşii sivaişti Marele Creator şi Mântuitor, al cărui nume tălmăceşte prin cel bun şi blând. Acesta este unul dintre cei mai iubiţi zei din India. La ceremoniile de adorare Brahma este Creatorul, Vishnu este Continuatorul, iar Shiva este cel care distruge sau transformă. Shiva este adesea reprezentat în muntele Kailasha din Himalaya şi apare într-o stare profundă de meditaţie, aşezat pe o blană de tigru, semn al victoriei intelectului asupra instinctului, iar pe fundal se observă un trident, arma specifică a lui Shiva. Shiva a învins definitiv kama (dorinţa sexuală), moha (avariţia) şi maya (grija lucrurilor mărunte), scop pe care îl dobândesc şi adepţii sivaismului.

Nativii protejaţi de acest zeu sunt oameni cu înfăţişare plăcută, însă cu un comportament aspru. Spun mereu adevărul, indiferent de consecinţe şi ştiu să îşi ţină firea în situaţii tensionate. Indiferent dacă sunt bărbat sau femeie, vor fi mereu stâlpul casei, mai ales datorită unui profund simţ al onoarei şi a voinţei cu care conduc gospodăria.

ZEIŢA PARVATI

Ziua naşterii: 5, 15, 20, 25

Este un alt avatar al soţiei lui Shiva, cea care reprezintă latura blândă a zeiţei Durga şi încarnarea ei completă. Este mama zeilor Ganesha, Kartikeya şi Ashoka Sundari, iar câteodată este considerată sora lui Vishnu. Deşi, în genral, este o zeiţă blândă,

uneori are şi încarnări violente. Ea reprezintă forţa necesară pentru orice fel de muncă, precum şi patroana armelor.

Cei care se nasc în această zodie sunt persoane extrem de energice şi înzestrate cu o forţă interioară incredibilă. Pe aceştia nu-i poate doborî definitiv nimic. Indiferent cât de puternică va fi lovitura, nativii vor găsi puterea necesară să se ridice şi să o ia mereu de la capăt.

ZEIŢA SHAKTI

Ziua naşterii: 6, 8, 16, 30

Shakti este numele tantric al Marii Zeiţe, energia feminină din Univers care există înaintea celei masculine. În fiecare

femeie muritoare există o întruchipare a Zeiţei pentru că ele sunt binecuvântate cu puterea de a da viaţă. Marea Zeiţă, mama tuturor, controlează legile Universului şi le anihilează după bunul plac.

Nativii zodiei Shakti sunt la fel de plini de forţă vitală ca zeiţa care îi reprezintă. Ei nu sunt doar stâlpii familiei, ci şi a comunităţii în care trăiesc. Au principii solide în viaţă şi nu se abat de la ele, indiferent de preţul plătit. Îşi aleg cu grijă oamenii din jur şi preferă persoanele cu caractere hotărâte şi intransigente ca ale lor.

ZEUL KARTIKEYA

Ziua naşterii: 7, 9, 17, 27

Divinitate hindusă a războiului, mai este cunoscută şi sub numele de Skanda, Murunga sau Subramaniyan. Kartikeya se află în fruntea armatelor de zei şi este fiul lui Shiva şi al lui Par-

vati. Acesta a fost crescut de şase surori, numite Krttika, cunoscute în lumea vestică sub numele de Pleiade. Născut din doi zei atât de puternici şi crescut chiar din lumina stelelor, Kartikeya este unul dintre cei mai iubiţi zei ai Indiei. El apare ilustrat călare pe un păun şi ţinând numeroase arme în mână.

Cei care sunt protejaţi de zeul Kartikeya sunt oameni dintr-o bucată, care nu promit nimic în van şi îşi ţin mereu cuvântul dat. Cei din jurul lor au mare încredere în ei şi în forţele lor. Au multă putere de muncă şi se mândresc cu rezultate excepţionale. Le place să fie măguliţi şi ştiu să accepte doar complimentele sincere.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Călătorie în creierul unei mumii egiptene ■ Misteriosul crater Patomskiy ■ Pitagora şi flexitarismul ■ Haga – oraşul păcii ■ Catedrala de cristal ■ Infarctul miocardic acut şi primele reacţii ■ Vişinele previn bolile cardiovasculare ■ Harrison Ford – eternul aventurier

HOROSCOP

10-16 iulie 2017

BERBEC 21.03-20.04

Mulţi dintre dumneavoastră vor începe proiecte îndrăzneţe pentru renovarea casei, reparaţii şi reamenajări ale spaţiului locuibil. În mod sigur, discuţiile vor fi aprinse şi pot apărea mici dispute, mai ales din cauza haosului creat în căminul dumneavoastră.

TAUR 21.04-21.05

Sunteţi din ce în ce mai ocupaţi. Călătoriţi mult şi vă faceţi noi prieteni. Vă preocupă mult bunăstarea familiei şi mai ales a celor mai mici membri. Dacă vă ocupaţi de comerţ, scris sau actorie, va trebui să învăţaţi să vă folosiţi de puterea cuvintelor. În această perioadă faceţi adevărate minuni cu cuvântul.

GEMENI 22.05-21.06

Câştigaţi mulţi bani şi vă cam grăbiţi să îi cheltuiţi. Este posibilă chiar o achiziţie majoră. Veţi fi mulţumiţi de acest lucru şi vă încurajaţi să visaţi la proiecte mult mai îndrăzneţe. Vă ambiţionaţi chiar să vă sporiţi considerabil averea. Succes!

RAC 22.06-21.07

Soarele este în semnul dumneavoastră şi vă oferă o energie debordantă, dar şi şansa de a vă încărca bateriile pentru tot restul anului. Şi Mercur, şi Marte sunt tot în zodia dumneavoastră şi asta vă face mult mai vorbăreţi, plini de idei, dar şi agresivi mai ales atunci când vreţi să convingeţi pe cineva.

LEU 22.07-22.08

Sunteţi încă în umbră, dar aşteptaţi momentul când Soarele intră în zodia dumneavoastră. Până atunci însă puteţi face planuri secrete. Sunteţi foarte apreciaţi de şefi sau de persoane importante din viaţa privată. Vă este deocamdată îndeajuns. Progresul vine curând.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Vă bucuraţi de popularitate şi de compania celor mai buni prieteni, mai ales a celor care vă împărtăşesc valorile şi idealurile. Acesta este şi un moment prielnic să observaţi dacă vreunul dintre amici vă dezamăgeşte aşteptările. Nu le subestimaţi puterea de convingere!

BALANŢĂ 23.09-22.10

Soarele se află în partea de sus a diagramei dumneavoastră şi asta înseamnă că sunteţi admiraţi mai mult ca oricând. Puteţi folosi acest lucru în favoarea dumneavoastră şi vă va ajuta Marte, cel care stârneşte ambiţia.

SCORPION 23.10-21.11

În aceste zile vă puneţi în gând să faceţi ceva pentru a vă lărgi orizonturile. În primul rând veţi călători, fie pe plaje cu nisip alb, fie pe străzi pietruite. Cu siguranţă aveţi nevoie de o schimbare de peisaj. Vreţi aventură, vreţi să cunoaşteţi oameni noi, care vă împlinesc setea de cunoaştere.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Lucrurile se vor schimba în bine pentru dumneavoastră şi mai ales la locul de muncă. Este un moment prielnic pentru a discuta noi contracte. Aveţi capacitatea necesară rezolvării unor dispute şi probleme legate de o moştenire sau de o proprietate comună.

CAPRICORN 22.12-19.01

Vă concentraţi pe parteneriate şi prieteni apropiaţi. Veţi fi apreciaţi drept cei mai buni negociatori, mai ales dacă la mijloc se află propriile dumneavoastră interese. În această perioadă aveţi însă mai multă nevoie de somn ca de obicei. Respectaţi nevoile organismului.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Sunteţi încrezători în propriile forţe şi doriţi să vă organizaţi mai bine fiecare aspect al vieţii personale. Este recomandat să vă alimentaţi cu îndeajuns de multă energie şi să vă concentraţi ca să puteţi reuşi tot ce vaţi propus.

PEŞTI 19.02-20.03

Perioada care urmează va fi una dintre cele mai distractive şi pline de relaxare din tot restul anului. Acceptaţi tot felul de invitaţii la grătare, picnicuri, teatru, mese festive şi alte mici distracţii, chiar dacă nu vă luaţi concediu, ci doar petreceţi în weekend.

Nativul săptămânii: **STAN LAUREL** (16.06.1890 – 23.02.1965)

A fost un actor şi regizor devenit celebru în cuplul de comici Stan şi Bran. Acest nativ al zodiei Rac a realizat primul său film în anul 1917 iar succesul acestuia l-a încurajat să realizeze şi alte scurt-metraje comice. Laurel şi Hardy sunt cunoscuţi ca formând cel mai longeviv cuplu de comici din toate timpurile. În 1960 a primit un premiu Oscar special, pentru creativitatea sa în materie de comedie.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonaţi-vă la magazin

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701), contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat la care se adaugă taxa poştală de expediere) sau să achitaţi în conturile bancare indicate la pagina 2 şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii.

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. „MAGAZIN" S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

SERIE NOUĂ - 1357 ● ANUL LX ● 13 IULIE 2017 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 28 (3107)

magazin

www.revistamagazin.ro

E-mail: redactia@revistamagazin.ro ● redactia.revistamagazin@yahoo.com ● redactia.revistamagazin@gmail.com

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

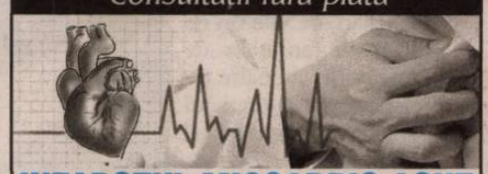
PITAGORA
şi flexitarismul

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă
Culorile şi personalitatea feminină

Dosarele frumuseţii
Valenţele mentei

Consultaţii fără plată



INFARCTUL MIOCARDIC ACUT
şi primele reacţii

«Mai bine să fii pălmuit cu adevărul decât sărutat cu o minciună.»
Immanuel Kant

Tehnicile de investigare criminalistică puse la treabă

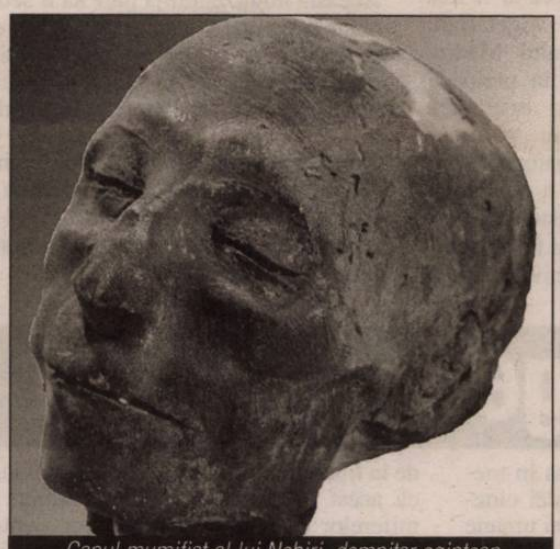
Călătorie în creierul unei mumii egiptene

În trecut arheologii obişnuiau să dezvelească mumiile în faţa publicului, un show care distrugea o bună parte a istoriei culturale egiptene. Acum, ei folosesc tomografia computerizată (TC) pentru a scana non-invaziv mumiile şi a scoate la iveală misterele care le înconjoară.

Faţa ascunsă a lui Nebiri

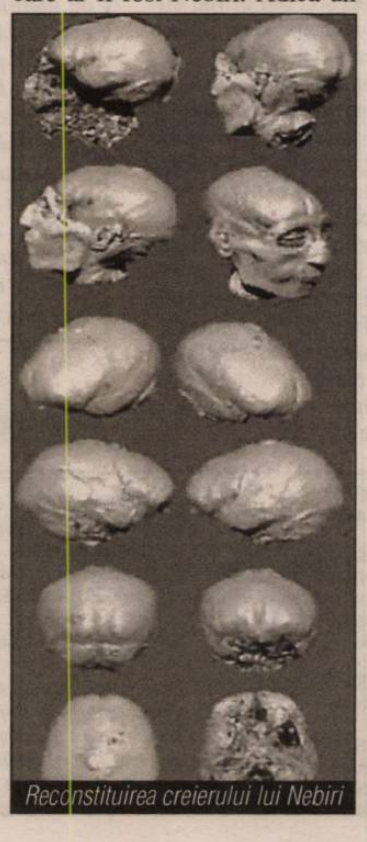
Recent, o echipă internaţională de cercetători a reconstituit faţa şi creierul unei mumii egiptene vechi de 3.500 de ani, descoperind o tehnică unică de îmbălsămare, transmite Agerpres preluând *LiveScience*. Este vorba despre capul şi câteva vase care conţin organele interne, toate bine conservate, după cum afirmă specialiştii. Rămăşiţele ar aparţine unui demnitar egiptean pe nume Nebiri care a trăit în vremea faraonului Tutmes al III-lea (1479-1425 î.Hr.).

Nu e prima oară când se vorbeşte despre ea, mumia lui Nebiri a devenit faimoasă acum doi ani când a fost diagnosticată cu cea mai veche afecţiune cardiacă cronică! Mumia, sau mai exact ce a rămas din ea, deoarece atât mormântul din Valea Reginelor cât şi ea au fost profanate şi distruse în perioada Antichităţii, a fost descoperită în anul 1904 de egiptologul italian Ernesto Schiaparelli, rămăşiţele fiind acum găzduite la Muzeul Egiptean din Torino. Demnitarul egiptean trebuie să fi avut „între 45 şi 60 de ani când a murit", este de părere Raffaella Bianucci, bioantropolog în cadrul secţiei de medicină legală a Universităţii din Torino.



Capul mumifiat al lui Nebiri, demnitar egiptean care a trăit pe vremea faraonului Tutmes al III-lea (1479-1425 î.Hr.), în dinastia a 18-a.

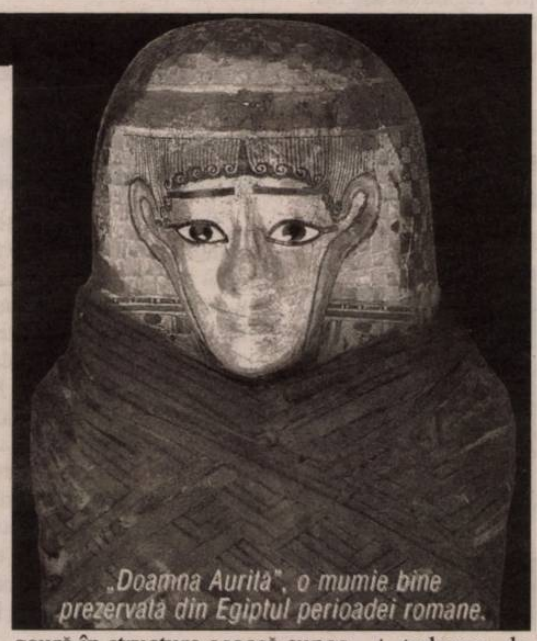
Folosind un tip de TC şi tehnici moderne de reconstrucţie facială, cercetătorii au reuşit aproximarea structurii faciale a celui care ar fi fost Nebiri. Adică un bărbat cu nas proeminent, cu maxilare puternice, sprâncene drepte şi buze moderat de groase. Scanările cu tomograful au scos la iveală faptul că feşele de „împachetare", tratate cu diferite substanţe, au fost introduse peste tot în capul demnitarului, în nas, urechi, ochi şi gură.



Reconstituirea creierului lui Nebiri

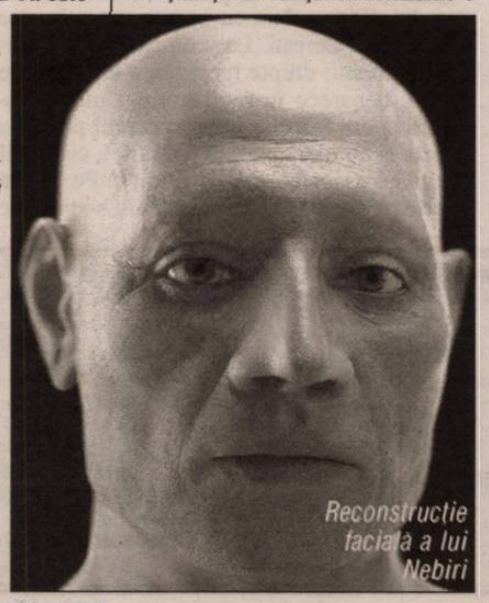
Capul mumificat al lui Nebiri a atras atenţia pentru că este rezultatul unei „împachetări perfecte", după cum au explicat Bianucci, Charlier şi colegii lor într-o lucrare publicată în revista *Forensic Science, Medicine and Pathology*.

O faşă suplimentară a fost introdusă în gură pentru a umple cavitatea bucală şi tocmai prin această „împachetare meticuloasă a creat o barieră pentru a proteja corpul de colonizarea insectelor" este de părere Bianucci. Dar cercetătorii au mai descoperit ceva, un amănunt oarecum intrigant: o mică gaură în structura osoasă cunoscută sub numele de platoul cribriform, care separă cavitatea nazală de creier. Se bănuia sau până acum se ştia că acest orificiu era folosit pentru extragerea creierului înainte de mumificare. Numai că în cazul lui Nebiri, creierul nu a fost scos!



„Doamna Aurită", o mumie bine prezervată din Egiptul perioadei romane.

Ce poate însemna asta? Cercetătorii sunt de părere că orificiul cu pricina ar fi fost folosit pentru „a introduce faşa de in în craniu" şi, într-adevăr, pe tomografie se văd fragmente de feşe de in în ţesutul cerebral deshidratat. În acel moment de la reconstrucţia feţei lui Nebiri, la modelarea computerizară a creierului său nu a mai fost decât un pas. Folosind datele rezultate în urma tomografiilor, oamenii de ştiinţă au reuşit să realizeze o reconstrucţie 3D a suprafeţei creierului, ceea ce le-a permis să reconstituie ţesuturile moi sau modificate de alterările postmortem.



Reconstrucţie facială a lui Nebiri

Cum ştim că e vorba de Nebiri?

Una sunt presupunerile şi alta sunt certitudinile. Când e vorba de mumii de o asemenea vechime, din care există păstrat doar capul, se pune întrebarea: de unde ştim cu exactitate că este vorba despre Nebiri sau nu cumva despre altcineva? Aici, cercetătorii au câteva explicaţii, dar nu şi un răspuns cert: în 2010 analizele ADN au identificat un cuplu de mumii format din Yuya şi Thuya ca fiind străbunicii faraonului Tutankamon (singurul faraon a cărui mumie a fost identificată fără dubiu), or acest cuplu ne-regal prezenta o tehnică de îmbălsămare a capului similară cu cea din cazul Nebiri.

Astfel, „am putut să consolidăm argumentul că Nebiri a fost parte a elitei înalte", declara principalul autor al lucrării, Robert Loynes, din cadrul Centrului KNH pentru bioegiptologie medicală de la Universitatea Manchester din Anglia. Şi totuşi, de unde ştim că era Nebiri sau nu un alt demnitar înalt? Întrebare fără răspuns. Doar analogii. „Acest cap conservat este un exemplu rar de tratament funerar de rang înalt aplicat în cazul unui individ care nu era rege la începutul celei de a 18-a dinastii... Este o descoperire care precede evoluţiile din perioada târzie a celei de a 18-a dinastii sau din a 19-a şi a 20-a în ceea ce priveşte faraonii, reginele şi rudele lor", crede Loynes.

Oricum ar fi, noua cercetare aflată undeva la răscrucea dintre antropologie legistă şi osteo-arheologie, deschide noi posibilităţi pentru studiul mumiilor. Rămâne doar să mai descoperim şi persoanele reale din spatele acestora.

28

5 948427 000133

Biblioteca Judeţeană

Pitagora şi flexitarismul

Fără niciun fel de îndoială, despre Pitagora au auzit câte ceva mulţi dintre noi (măcar de la orele de geometrie!). Dar ce este flexitarismul? Nimic exotic! Sunteţi seduşi de practicile vegetariene, dar nu doriţi să vă asumaţi şi riscurile acestora? Este posibil să fiţi flexitarian.

Dacă încă nu sunteţi familiarizaţi cu acest cuvânt bizar – care combină cuvintele flexibil şi vegetarian – nu e nicio problemă, mai ales că a pătruns în vocabular abia în ultimele luni şi este, pe de altă parte, o dovadă în plus legată de aşa-numitele practici eco-responsabile, conştiente de „cauza animalelor" în societăţile moderne.

Scandaluri alimentare care ne modelează opţiunile

Flexitarismul desemnează o practică alimentară semivegetariană, care nu exclude carnea din alimentaţie, dar care se preocupă strict de calitatea şi cantitatea acesteia. Aşa ar putea arăta o definiţie a noii noţiuni gastro-ecologice. Scandalurile alimentare legate de utilizarea cărnii de cal în diverse preparate, panica iscată de ştirile despre „boala vacii nebune", practici oripilante în unele abatoare de păsări, de vite ori de altfel de animale de creşcătorie, rapoarte referitoare la potenţialul caracter cancerigen al cărnii roşii, ori, pe de altă parte la efectele devastatoare ale impregnării alimentelor animalelor de fermă cu antibiotice – iată o parte din factorii principali care îi influenţează astăzi pe mulţi consumatori în alegerea unui „vegetarianism parţial".

Matematicianul vegetarian

Tendinţa despre care vorbim, deşi plasată recent sub o denumire mai degrabă insolită, cum este „flexitarismul", nu este deloc nouă. Însuşi marele matematician Pitagora se spune că ar fi fost un pionier al regimului vegetarian. Abandonat în timpul Evului Mediu, conceptul a renăscut însă în perioada umanistă, când justiţia şi egalitatea constituiau devizele care au „pătruns" până în... farfuriile consumatorilor.

Repoziţionarea corectă a omului în cadrul mediului său de existenţă determină prin definiţie respectul faţă de animale. Astăzi, chiar dacă la nivel general consumul de carne a crescut uşor, cel de carne roşie se află în scădere de mai mulţi ani. Şi nu mai puţin important este faptul că asemenea practici au tot mai mult succes la consumatorii tineri.

Tinerii, în linia întâi

Corentin Larmoire-Roussel (22 de ani), student la Drept, a adoptat un mod de viaţă flexitarian chiar fără să ştie. „Nu sunt vegetarian, fiindcă eu cred că un consum de carne nu e nociv pentru planetă dacă este controlat – spune el. La fiecare 10-15 zile, pentru mine e suficient. În rest, am găsit numeroase alternative: feculente, legume, ouă etc."

Nici Baptise Ducout (21 de ani) nu ştia că practica sa alimentară poartă un nume special: „Vegetarianismul şi veganismul îmi păreau schimbări puţin cam brutale." El nu a eliminat carnea cu totul din alimentaţie, ci a redus-o, iar atunci când cumpără alege cantităţi mai mici, însă de calitate superioară, de la producători particulari şi de pildă bio. Această nouă tendinţă pare să îi seducă chiar şi pe dieteticieni, care văd în ea o modalitate de conciliere între conştiinţa ecologică şi dorinţa de cunoaştere a propriei persoane. Anaïs Lala, nutriţionist, recunoaşte în flexitarism „un bun compromis alimentar şi deloc complicat de pus în practică". Pentru ea, de altfel, nu există un regim ideal: „cel mai potrivit regim este cel ales de fiecare în parte" – spune ea.

Despre imperative

Să vorbim corect!

Auzim de multe ori în jurul nostru expresii de tipul: „Nu *fă* asta!" sau „Nu *zi* aşa!". Greşeala provine din necunoaşterea formării imperativului negativ. Acesta se construieşte din infinitivul verbului căruia i se adaugă negaţia.

Spunem astfel: A cânta (Imp. negativ *Nu cânta);* A bea (Imp. negativ *Nu bea);* A crede (Imp. negativ *Nu crede);* A citi (Imp. negativ *Nu citi).*

Cum infinitivul verbelor amintite este „A face" şi respectiv „A zice" formularea corectă este „Nu *face* asta!" sau „Nu *zice* aşa!" eroarea putând fi evitată doar cu puţină atenţie. *(I.S.)*

O strângere de mână

De-a lungul timpului, au rămas în memoria hârtiei fotografice, a peliculei cinematografice şi, bineînţeles, a retinei umane nenumărate imagini celebre care prezintă strângeri de mână între diverse personalităţi, de cele mai multe ori oameni politici de prim rang. Motivaţia acestei „neuitări" este absolut logică: momentul respectiv imortalizează un segment semnificativ al istoriei omenirii. Totuşi, v-aţi întrebat vreodată care este originea acestei strângeri de mână?

Potrivit istoricilor, această manieră de salut a devenit normă pentru a-şi spune „bună ziua" în jurul anului 1000, odată cu impunerea primelor coduri cavalereşti. La vremea aceea, strângerea mâinii drepte reprezenta un semn de pace, deoarece în mod normal mâna respectivă era folosită în mod curent pentru a purta şi a utiliza o armă (de altfel, cuvântul *arm* înseamnă în engleză „braţ"). Pe de altă parte, o echipă de cercetători în sociologie de la Institutul Weizmann, Israel, subliniază că acest obicei provine din tendinţa mamiferelor de a se mirosi reciproc pentru a obţine informaţii asupra statutului celuilalt: dominant sau dominat, starea de sănătate, disponibilitate sexuală etc. Oamenii de ştiinţă au observat, utilizând şi camere video, comportamentul a 280 de studenţi. Au remarcat astfel că aceştia din urmă, după ce strânseseră mâna unui coleg de studiu, îşi... miroseau propria mână. Şi o făceau mai frecvent şi pentru un timp mai îndelungat, cu cât era vorba despre o persoană de acelaşi sex.

În opinia cercetătorilor, acest amănunt ar semnifica faptul că împreunarea mâinilor persoanelor respective pentru un simplu (?) salut constituia de fapt, în mod inconştient, un gen de cercetare asupra informaţiilor despre sănătatea celuilalt, forţa lui, în scopul de a crea un element de comparaţie şi de a stabili o ierarhie socială.

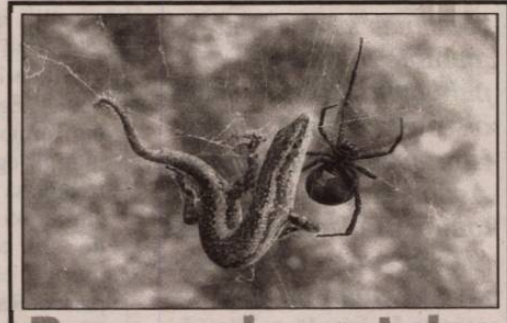
Caleidoscop

Dinozaurul dinozaurilor...

Cu cei 1,75 metri lungime, urmele de dinozaur descoperite recent în Australia sunt cele mai mari din lume cunoscute până în prezent. Recordul precedent era deţinut de amprentele de sauropode din situl francez Plagne, care măsurau „doar" 1,20 metri. Animalul preistoric din Australia era un erbivor cu gâtul lung, înalt de 5,4 metri, care a lăsat urmele găsite în nord-vestul ţării probabil în urmă cu 140 milioane de ani – la limita dintre Jurasic şi Cretacic.

Nu era însă singurul care cutreiera actuala regiune Waldamany: un adevărat drum al dinozaurilor a fost decopertat între anii 2011 şi 2016 de paleontologii universităţilor Queensland şi James Cook. Ei au recenzat urmele de paşi de la 21 de specii diferite (5 carnivore, 6 sauropode, 6 dinozauri cu armură şi 4 ornitopode bipede). Este vorba despre „fauna de amprente cea mai diversă înregistrată vreodată", potrivit lui Steven Salisbury de la Universitatea Queensland.

Situl însuşi are dimensiuni „dinozauriene": 25 kilometri lungime, dar şi o istorie recentă oarecum emblematică pentru vremurile pe care le trăim. Zona trebuia să facă loc unui proiect gazier, însă aborigenii le-au cerut paleontologilor să-l respingă. Din fericire, dosarul proiectului industrial a fost clasat.



Durerea insectelor

Oare şi insectele simt durerea? Iată o întrebare destul de sensibilă care efectiv divizează oamenii de ştiinţă. Cei care neagă această capacitate se bazează pe faptul că nevertebratele – dintre care primele vizate sunt artropodele: insecte, păianjeni, crustacee etc. – nu posedă receptori senzoriali ai durerii. În plus, aceste animale, care sunt dotate cu un creier foarte primitiv constituit dintr-un lanţ de ganglioni nervoşi, nu ar avea capacitatea cerebrală să resimtă suferinţa.

Altă parte a oamenilor de ştiinţă contestă această logică, remarcând pe de o parte că prezenţa (sau absenţa) sus-menţionaţilor receptori nu este suficientă pentru a evalua existenţa unei senzaţii de durere. Pe de altă parte, ei susţin că receptorii senzoriali (mecanici, chimici, termici) specializaţi în percepţia unei stimulări nocive, pe care îi posedă nevertebratele, pot asigura un rol similar celui deţinut de receptorii durerii.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Irina Stoica
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: **TIPOMEDIA PROD S.R.L.**

Enigma „superbetonului" roman, dezlegată după două milenii

Deși ne-am putea aștepta ca niște stâlpi de pod vechi de 2.000 de ani să fie cât se poate de șubrezi, unele dintre structurile antice construite de romani sunt azi mai puternice decât niciodată – și asta grație apei de mare în care au stat.

Cercetătorii au studiat edificii romane din Italia, inclusiv stâlpii de susținere de la Portus Cosanus, în Toscana, și au ajuns la concluzia incredibilă că apa de mare filtrată prin beton duce la... creșterea de minerale care întăresc structurile!

Ei speră că această descoperire va permite dezvoltarea unui echivalent modern al „superbetonului" inventat de romani. Deși rețeta acestui material minune s-a pierdut în decursul mileniilor, specialiștii moderni presupun că era vorba despre un amestec de cenușă vulcanică, var și apă de mare, pentru prepararea mortarului, la care se adăugau apoi bucăți de rocă vulcanică.

În timp, sugerează cercetătorii de la Universitatea Utah, Statele Unite, care au ajuns la această concluzie, apa de mare se infiltra în material, dizolva componentele cenușii vulcanice și permitea în schimb dezvoltarea de noi minerale din fluidele puternic alcaline, ca altoberomoritul și philipsitul. Aceste minerale au cristale similare celor formate în rocile vulcanice care întăreau matricea de ciment și împiedicau materialul să devină friabil.

Superbetonul roman a fost folosit pentru construirea a numeroase edificii faimoase, precum Panteonul sau Forumul lui Traian din Roma, dar și a imenselor structuri de protecție a porturilor romane. Prin contrast, cimentul modern este fabricat de obicei din nisip și pietriș, putându-se transforma într-o pastă, în timp, și generând crăpături în structură.

Sonda spațială Kepler detectează planete locuibile

Într-o recentă conferință de presă desfășurată la Centrul de Cercetări Ames, reprezentanții NASA au anunțat detectarea, de către sonda spațială Kepler, a nu mai puțin de 219 exoplanete noi, dintre care zece ar putea fi locuibile. Cu același prilej a fost prezentat „cel mai credibil" catalog de potențiale planete din galaxie, al căror număr a trecut de 4.000.

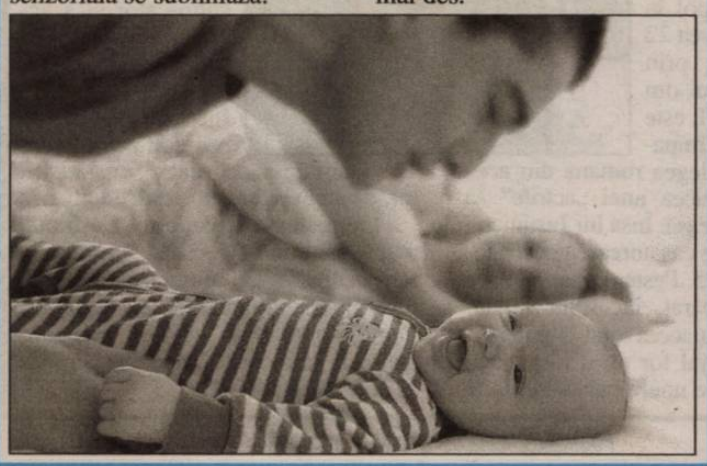
Potrivit specialiștilor, existența a peste 2.300 de planete descoperite de misiunile Kepler a fost deja confirmată, inclusiv a peste 30 de planete de dimensiuni apropiate Pământului, care se află în „zona Goldilocks" a stelei respective. Printre planetele nou descoperite se află și unele formate din roci, ca și Terra, dar de până la 75 de ori mai mari decât aceasta. Toate planetele descoperite de sonda Kepler se află în constelația Cygnus și au fost observate în ultimii opt ani.

De ce miros frumos bebelușii

Orice părinte care și-a ținut în brațe bebelușul cunoaște sentimentele puternice pe care mirosul cald și plăcut al acestuia i le evocă, dar v-ați întrebat vreodată de ce îndrăgim acest miros și nu putem suferi mirosurile degajate de adolescenți?

Cercetătorii de la Universitatea Tehnică din Dresda au ajuns la concluzia că mirosul de bebeluș acționează ca un drog asupra creierului părinților – în special asupra creierului mamei – iar efectul acestui drog ar fi crearea unei puternice legături între ei și copilul nou-născut. O legătură programată de evoluție, care îi face pe părinți să-și protejeze cu orice preț progenitura.

În studiul efectuat de savanții germani și publicat în revista *Percepția chemosenzorială* se subliniază: „Părinții afirmă că mirosul bebelușului lor este una dintre cele mai plăcute miresme din câte se pot imagina. Peste 90% dintre cei 235 de părinți implicați în studiu au catalogat mirosul copiilor mici ca fiind plăcut sau foarte plăcut. Ceea ce e și mai uimitor e faptul că la doar câteva ore de la naștere, mamele puteau deosebi mirosul copilului lor de mirosul altor bebeluși. Motivul ar fi că simpla prezență a acestui miros activează zonele legate de recompensă și plăcere din creier. Dar acest efect se estompează în timp, pe măsură ce copiii cresc, iar la vârsta puberală sau postpuberală, părinții ajung până într-acolo încât nu mai suportă mirosul copiilor lor, din cauza masivelor transformări hormonale care au loc și de aceea îi îndeamnă să se spele mai des."



Câinii vor putea suna la Urgențe

În dorința lor de a realiza dispozitive electronice cât mai „prietenoase", oamenii de știință au reușit să inventeze o tabletă cu ecran tactil, pe care o vor putea folosi chiar și animalele de companie, precum câinii.

Cercetătorii, care au dezvoltat deja și o vestă ce permite câinilor să trimită mesaje de ajutor și coordonatele lor GPS, în cazul în care stăpânii lor suferă un atac de cord sau au alte probleme de sănătate, au anunțat realizarea unui ecran tactil ce poate fi acționat de animale cu labele. Tehnologia ar putea salva mii de vieți, mai ales în cazul bătrânilor care prezintă un risc mai ridicat de infarct sau de căderi accidentale și fracturi grave.

Cercetătorii de la Institutul de Tehnologie Georgia, SUA, au dresat mai mulți câini să se apropie de un ecran tactil de dimensiunile unei plasme TV și să apese, atunci când aud că stăpânii lor strigă după ajutor, cu labele sau cu botul trei cercuri mari, în culorile galben și albastru, pe care animalele le pot vedea (după cum se cunoaște, câinii nu pot distinge culorile roșu și verde).

La o simplă apăsare pe aceste cercuri, dispozitivul face imediat legătura la numărul de urgență 911 și o operatoare intră în legătură cu pacientul. Dacă acesta nu poate vorbi, operatoarea vede, prin intermediul camerei video încorporate în dispozitiv, cadrul camerei, își dă seama că nu pacientul, ci câinele acestuia a dat alarma și, ghidată după coordonatele GPS, transmise de dispozitivul cu ecran tactil, trimite imediat un echipaj de paramedici în ajutor.

Plajă pe Marte?

Aflat pe Marte de mai bine de zece ani, robotul NASA Opportunity continuă să-și îndeplinească misiunea, trimițând informații valoroase pe Pământ. Recent, el a transmis o serie de fotografii ale unui crater de pe marginea „Văii Perseverenței", înfățișând o întindere de pietre risipite pe buza acestuia.

Peisajul pare foarte asemănător cu o plajă, iar oamenii de știință bănuiesc că, într-adevăr, apa ar fi jucat un rol în transportul și eroziunea pietrelor respective. Ei sunt de părere că regiunea ar fi putut găzdui, odinioară, un lac în gura craterului.

Pe buza craterului se observă chiar un șir alungit de pietre, despre care astronomii presupun că s-ar putea să fi fost, cu miliarde de ani în urmă, un canal de drenaj, prin care apa s-a scurs din lac.

„E posibil ca precipitații masive să fi umplut craterul cu apă, apoi inundația să fi spart buza craterului, să fi luat cu ea pietrele și să fi sculptat Valea Perseverenței, cum am numit-o noi, creând un lac natural, la poalele craterului", spune Ray Arvidson, de la Universitatea Georg Washington din Louisiana, unul dintre experții care au participat la trimiterea robotului pe Marte.

Pagină realizată de GABRIEL TUDOR

Război pentru însorita Californie

Războiul SUA-Mexic s-a desfăşurat între aprilie 1846 şi februarie 1848 în mandatul preşedintelui James K.Polk (1845-1849), care a murit în 1849, la 53 de ani. Membru al Partidului Democrat, acest politician de frunte al SUA a optat pentru atingerea unor idealuri pe care americanii le aveau de mai mulţi ani: extinderea teritorială spre vest (California şi nu numai) pentru coloniştii tot mai numeroşi şi independenţa Texasului.

Într-o primă etapă a satisfacerii extinderii teritoriale a SUA, Texasul obţine independenţa faţă de Mexic în 1836, apoi anexarea drept cel de-al 28-lea stat al SUA, la 29 decembrie 1845. Numai că atunci graniţa naturală era râul Nueces şi nu Rio Grande, deci Texasul era mai mic decât este astăzi. În urma Războiului SUA-Mexic, graniţa se mută spre vest, la Rio Grande... Trebuie însă subliniat un fapt important în privinţa deznodământului acestui conflict militar. În 1821, Mexicul obţinuse independenţa faţă de Coroana spaniolă.

Corabie de război SUA

Pretenţii teritoriale americane

Drept urmare, lupte interne pentru supremaţia politică au slăbit ţara şi armata de apărare a graniţelor. La acest fapt deosebit de grav pentru poporul mexican se adaugă şi incursiunile violente ale triburilor de indieni Comanches, Apaşii şi Navajo, care doreau „plaiuri de vânătoare" (în nordul Mexicului) şi, în general, o zonă mai mare de desfăşurare a populaţiilor împinse spre vest de către coloniştii americani.

În aceste circumstanţe, preşedintele Polk nu a ezitat să facă o ofertă mexicanilor pentru Alta California şi graniţa Rio Grande a Texasului. El voia o anexare fără război pentru 30 de milioane de dolari. Numai că la Mexico City nu exista o putere stabilizată, aşa că răspunsul a fost negativ.

În consecinţă, forţele americane au declarat război Mexicului la 13 mai 1846 (cu o opoziţie în Congres din partea Partidului Whigs). Împotriva războiului s-au declarat şi forţele politice antimilitariste şi antisclavagiste. Dar Polk şi-a trimis principalii săi generali, Zachary Taylor (care va deveni preşedinte imediat după război, în 1849) şi Winfield Scott, să cucerească Mexicul. Aceştia au reuşit să ocupe chiar Mexico City şi să câştige multe alte bătălii importante. Ei au devenit eroi sărbătoriţi cu focuri de artificii...

Dacă vom explicita ce înseamnă teritorial „Alta California", vom înţelege importanţa acestei invazii americane în Mexic: California, Nevada, Arizona, Utah, vestul Colorado şi sud-vest Wyoming" (teritoriile de azi). SUA au de atunci o „splendidă ieşire la Pacific". Iar în 1849 a început şi „Goana după aur" în California, fapt care a îmbogăţit-o enorm. Trebuie menţionat că SUA au plătit 15 miloane de dolari (485 milioane astăzi) statului mexican pentru „cedările forţate de teritorii"... Ca „fapt divers", mai menţionăm că preşedintele Polk oferise şi 30 de milioane de dolari pentru Cuba, atunci posesiune spaniolă.

O republică efemeră: California

Pentru 35 de zile, începând cu 14 iunie 1946, a existat nerecunoscuta Republică a Californiei, formată de coloniştii americani prin separare de Mexic. Teritoriul se afla la nord de San Francisco şi a fost cucerit de SUA în iulie 1846.

Fotodocument

Atac la baionetă

Bătălia de la Charleroi (Belgia) din august 1914, Primul Război Mondial, a opus forţele franceze şi germane într-o încleştare foarte sângeroasă. Francezii, care s-au bazat şi pe atacul la baionetă (foto), au pierdut atunci peste 30 de mii de oameni, iar nemţii de trei ori mai puţin.

Theodora, împărăteasă cu har

Cel mai important istoric ajuns la Curtea lui Justinian I şi a Theodorei a fost grecul Procopius, devenit scrib al generalului de legendă Belisarius – unul dintre cei mai devotaţi şi mai bravi supuşi ai împăratului. Procopius ne spune că Theodora s-ar fi născut în Cipru, probabil în anul 500. Provenind dintr-o familie modestă, ea a avut un tată ilegitim şi o mamă cu nume necunoscut.

Theodora

O actriţă accede la tron

Alţi istorici ne spun că dimpotrivă, a fost fiică de preot miaphisit (o ramură a creştinismului oriental), fapt care ar explica devotamentul ei pentru acest cult. Ioan din Efes ne povesteşte că Theodora a intrat de la o „vârstă fragedă" la un bordel din Constantinopol, unde a fost pusă să lucreze pentru clienţii săraci. Atunci când a plecat din acel stabiliment, tânăra Theodora nu a lucrat „pe cont propriu", ci a preferat să fie actriţă – cu roluri în care ţinuta sumară era obligatorie.

Ulterior, ar fi fost luată drept concubină de un lider bizantin pe nume Hecebolus. Ar fi trăit cu acesta la Tripoli, dar în urma bătăilor primite a fugit în Egipt şi apoi s-ar fi întors la Constantinopol în 522, pe când avea 22 de ani. Aici, prin intermediul unui om al lui Justinian I, este remarcată de împărat. Numai că legea romană din acea perioadă interzicea unei „actriţe" să devină împărăteasă. Însă lui Justinian i s-a permis să se căsătorească cu Theodora în anul 525. Peste doi ani el avea să devină împărat, iar soţia sa coregentă, deci cu acces total la putere.

Deşi mariajul lor nu a fost văzut cu ochi buni de unele persoane de la Curte, în anul 532 s-a petrecut un eveniment excepţional, care a dovedit cât de bine s-a adaptat Theodora rolului de suverană.

Revoltele violente din Nika au ajuns până la Constantinopol şi ameninţau tronul. Victoriile rebelilor contra autorităţilor i-au determinat să-l proclame neoficial împărat pe Hypatius (nepot al unui fost împărat). Atunci Justinian, speriat, a vrut să plece cu oamenii săi în exil. Dar Theodora a pătruns în Consiliul de Coroană şi a ţinut o cuvântare excepţională, vorbind despre împăratul care ştie să-şi apere tronul şi nu să fugă de teamă.

Justinian I

Cuvintele ei mobilizatoare au convins pe toată lumea. Şi suveranul a reuşit să învingă rebelii. Justinian I i-a rămas profund recunoscător şi a acceptat implicarea soţiei sale în elaborarea de legi. El a fost de acord cu protecţia pe care Theodora le-a acordat-o miaphisiţilor, deşi el era creştin chalcedonian.

Împărăteasa Theodora I a înfiinţat mănăstiri unde să poată vieţui fetele fără ocupaţie. De asemenea, a elaborat legi care protejau femeia la divorţ. Femeia adulterină nu mai era condamnată la moarte. Theodora a murit la doar 48 de ani.

Astăzi în istorie

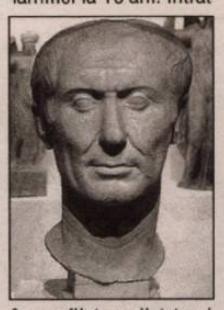
13 iulie 100 î.Ch.

S-a născut Gaius Iulius Caesar

General, politician, dictator şi cunoscut autor de proză în limba latină, Gaius Iulius Caesar s-a născut la 13 iulie anul 100 î.Ch., la Roma. Venit pe lume în familia patricianului Gaius Iulius Caesar, căsătorit cu Aurelia Cotta, Gaius Iulius a pretins că este descendent din neamul legendarului prinţ troian Aeneas, care la rândul său ar fi fost un fiu al zeiţei Venus.

La fel de interesantă este povestea poreclei „Caesar". Proveniența supranumelui are trei variante, din care cea mai probabilă este uciderea unui elefant, care în limba maurilor se spune „caesai". În monedele bătute de Caesar se află şi un elefant, aluzie la cognomenul său. O variantă mai simplă arată că un înaintaş ar fi fost născut prin „secţionare" – în latină „caedere" însemnând a tăia.

Tatăl lui Caesar a murit în 85 î.Ch. şi Iulius a devenit capul familiei la 16 ani. Intrat în conflict cu dictatorul Lucius Cornelius Sulla, Caesar pleacă departe de Roma, în legiunile din Asia. Se remarcă în conflictele militare ca bun strateg, mai ales protejându-l pe regele Nicomede al Bitiniei, din Asia Mică. Renunţă la titlul de „preot al lui Jupiter" şi avansează în rang militar. Aflând de moartea lui Sulla (anul 78 î.Ch.), Caesar se întoarce, dar pe Marea Egee este capturat de piraţi. Se plăteşte răscumpărarea, apoi Caesar îi prinde şi-i crucifică.



Revenit la Roma, începe ascensiunea politică: întâi este numit tribun, apoi chestor. În 63 î.Ch. câştigă în alegeri rangul de „Pontifex Maximus" (liderul religios al imperiului). Ulterior devine „praetor" (comandant de armată şi magistrat) şi este aclamat „imperator" – titlu de glorie pentru un general, cu care primeşte „triumful" în Senat. Succesele militare îl fac adulat la Roma şi devine consul şi membru al Primului Triumvirat, alături de Crassus şi Pompei (susţinătorii lui financiari). Dar cuceririle din Galia nu l-au împiedicat pe Pompei să-l declare trădător, după expirarea mandatului de consul.

Inevitabil, izbucneşte războiul civil roman, care a antrenat gruparea politică „Populares" (Caesar şi ai lui) şi „Optimates" (Cato cel Tânăr şi ai lui). Caesar este de neoprit şi în fruntea Legiunii XIII trece Rubiconul în 49 î.Ch, şi pune mâna pe putere. Devine „dictator perpetuu", introduce „Calendarul iulian". Dictatura sa va determina asasinatul din 15 martie („Idele") anul 49 î.Ch.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Acei vizitatori înalţi

În 1996, dar şi ulterior, până prin anul 2000, am examinat cazul extrem de stufos al doamnei M.C. Rezum în continuare doar principalele elemente din relatările ei. S-a născut în 1962 la Bucureşti. S-a măritat în 1980, dar a divorţat în 1996. În perioada amintită, locuia împreună cu cei doi copii, născuţi în 1981 şi 1983, într-un apartament de bloc cu trei camere din Bucureşti. În două camere dormeau copiii, o fată şi un băiat, cea de a treia fiind, după cum ea însăşi spunea, „multifuncţională".

Începând din 1991, a început să aibă comunicări telepatice cu diverse entităţi nepământene, pe care le şi vedea. Acestea – după cum mi-a spus – i se prezentau sub diverse nume şi îi transmiteau diferite învăţături. De pildă, la început, „Fedbian", înalt de circa trei metri, i-a transmis informaţii, formule de chimie organică bizare, grafice complexe şi încâlcite, formând ceea ce ea numea „chimia peşterilor" etc. Tot el i-a spus că: „Divinitatea evoluează prin gândurile noastre. Experienţa noastră contează, dar nu atât cât gândurile... Dumnezeu se inspiră de la noi, dar nu evoluează odată cu noi deoarece el este cu mult înaintea noastră". I s-a mai transmis că, în urmă cu 10 ani, corpul ei a fost luat în posesie de o entitate eterică, pentru a face „legătura cu Cosmosul, prin inconştientul colectiv, ca să aducă pe Pământ noi mijloace de tratament şi de apărare".

Mesaje prin dicteu automat

M.C. a urmat, din 1993, „Facultatea de Ştiinţe Cognitive şi Parapsihologie" a Universităţii Ecologice din Bucureşti, dar după doi ani a renunţat, din lipsă de bani, întrucât rămăsese singură, cu doi copii de întreţinut. În 1995 a lucrat câteva luni în laboratorul uneia dintre profesoarele ei de la facultate, Dr. Marioara Godeanu.

Aşa cum relata M.C., în noiembrie 1993, a început să primească mesaje, la început printr-o placă Ouija, apoi prin dicteu automat, într-o „stare de posedare", ca după un timp să câştige deprinderea de a întrerupe acest dicteu după dorinţă. O parte dintre mesaje au venit de la „entităţi care nu-i dau pace până nu scrie"; alteori ea însăşi a pus întrebări, ale ei sau ale unor terţe persoane, la care primea răspuns.

În iunie 1994, a început să aibă viziunea unei entităţi numite Riham. Ea a povestit aceasta şi soţului. În noaptea de 7-8 august 1994, fiind foarte cald şi neavând aer condiţionat, soţul ei, se culcase pe covor. S-a trezit pe la orele 2-3 noaptea; prin geamul orientat spre vest pătrundea o lumină neobişnuit de puternică. A vrut să vadă ce este, dar o presiune imensă îl apăsa pe spate. S-a întors, cu mare greutate, spre uşa sufrageriei, unde a zărit o fiinţă înaltă de 2,00-2,10 metri. Avea bocanci negri, combinezon negru lucios, pelerină neagră şi plete negre stufoase. Entitatea s-a îndreaptat spre pat, iar în acest moment soţul a avut sentimentul acut că acesta este acel Riham de care ea îi povestise şi care „a venit să-i violeze soţia".

După ce a încercat disperat, timp de vreo cinci minute, să se ridice, el a avut surpriza să se vadă în cele din urmă ieşind, în spirit, din propriul corp şi postându-se la capul soţiei, în partea opusă uşii; în acelaşi timp se vedea şi pe sine culcat pe podea. Arătarea în negru s-a întors cu spatele şi a plecat în direcţia holului. După câţiva paşi, a întors capul şi a spus: „am venit, am văzut, acum ştiu ce am de făcut", după care s-a dematerializat de jos în sus.

Băiatul lor, care dormise într-o altă cameră, a povestit a doua zi că în noaptea respectivă, pe la ora 02,30, a auzit un vâjâit neobişnuit, cu intermitenţe, venind dintr-o direcţie pe care n-a putut-o preciza. El simţea nevoia să meargă la toaletă dar din cauza zgomotului i-a fost frică şi a mai stat în pat circa o jumătate de oră, până ce zgomotul a încetat. În tot acest răstimp, M.C. a dormit buştean, fără să-şi amintească a doua zi că s-ar fi întâmplat ceva.

După incident, soţul a adormit profund. A doua zi a fost extrem de bulversat. El îl va mai vedea pe Riham şi în alte nopţi, în acelaşi loc. Dacă iniţial el refuza

să creadă în astfel de fenomene, acum a început să reacţioneze negativ. Se ferea, pe cât a fost posibil, să mai doarmă cu M.C. în acelaşi pat, preferând eventual podeaua. I-a spus soţiei că simte mereu prezenţa intrusului şi că uneori „se trezeşte gândindu-se că, atunci când va veni timpul, M.C. vă pleca cu El".

Ulterior, M.C. va mai primi, în câteva rânduri, vizitele lui Riham. A avut chiar sentimentul că entitatea ar dori un contact sexual cu ea. La un moment dat, în timp ce încerca să-l refuze, arătarea a dispărut, iar ea s-a pomenit în mijlocul unui deşert plin de pietre, în care a zărit mai multe nave extraterestre, cu forma de disc, aşezate la distanţe de 10-15 metri între ele. O mulţime de indivizi, cu aceeaşi înfăţişare mongoloidă ca şi Riham, dar de ambele sexe, unii mai înalţi alţii mai scunzi, transportau ceva de la o navă la alta. Riham, reapărut, i-a spus lui M.C. „că o iubeşte şi că vrea să se folosească de ea". Cei din lumea sa „vor să creeze pe Pământ o rasă nouă, mult superioară, de oameni". Rolul ei ar fi astfel „de a înlesni contactele între două lumi".

În septembrie sau octombrie 1995, s-a visat întinsă pe o masă de operaţie, goală, acoperită doar cu un cearşaf, în mijlocul unei săli. Alături a văzut-o pe mama ei, tânără, ca la vreo 35 de ani, cu o seringă mare în mână şi cu ceva vâscos în interior. I-a spus: „fata mea, ia arată-mi unde ai tu operaţia de apendicită" (M.C. făcuse într-adevăr o astfel de operaţie la vârsta de 17 ani). Mama ei i-a dat cearşaful la o parte şi i-a înfipt acul seringii în abdomen. Ea a simţit o durere groaznică, după care s-a trezit. După acest vis, pe locul presupusei injecţii, i-a apărut o eczemă, care a dispărut însă după un timp.

Într-un alt vis, s-a văzut într-un hangar imens, de cel puţin 100 metri lungime, cu pereţi din zidărie şi metal, în care erau înşirate mii de incubatoare, clopote de sticlă sprijinite pe picioare, iar în fiecare incubator erau fetuşi de sex feminin. I s-a spus că era un experiment desfăşurat cu material genetic în întregime uman.

Şi fiica ei a avut nişte vise şi trăiri stranii. Pe 14 octombrie 1995, soţul ei a plecat definitiv din casă, urmând divorţul. Din aprilie 1996, M.C. a început să aplice tehnicile ezoterice, primite prin dicteu, pe primii pacienţi din afara familiei. Ulterior ea a adunat o clientelă semnificativă şi a început să ţină şi cursuri. Toate aceste preocupări au devenit după aceea mijlocul ei principal de a-şi câştiga existenţa.

Răpiri aparente

Ea mi-a dat, la un moment dat, să examinez un teanc de caiete în care îşi notase, din scoarţă în scoarţă, şiruri fără sfârşit de informaţii, formule şi desene, la prima vedere fără noimă, dictate de entităţile cu care ea spune că fusese în contact. Dar, la scurt timp, ea mi-a cerut, aproape panicată, să i aduc urgent caietele înapoi.

Aş fi dorit să examinez acest caz mai detaliat, pentru început cu ajutorul regresiei hipnotice. Din păcate, o hipnoterapeută foarte cunoscută, la care am făcut atunci apel, a refuzat la început să se implice, spunând că suspectează că fenomenele respective ar fi „diavoleşti", iar când a acceptat în sfârşit, M.C. nu a mai fost de acord cu regresia...

Reproduc, în încheiere, şi un alt caz de aparentă răpire, cu totul atipică, având o componentă sexuală şi poate de inginerie genetică, dar şi o stranie anomalie temporală. Cazul a fost relatat de psihologul Lucian Iordănescu, prin intermedierea realizatoarei TV Elena Lasconi, într-o emisiune televizată la care am participat şi eu.

În vara lui 1978, psihologul dădea consultaţii într-un cabinet din Mangalia. Alături de el se afla şi un văr – ginecolog de profesie – cu care „mai stătea la o şuetă" atunci când nu aveau pacienţi. La un moment dat, un prieten comun din Băile Herculane i-a sunat să le spună că fiica lui – pe care o vom numi Alina – absolventă a unei facultăţi de Arte, o să vină la mare, în zona respectivă, într-o vacanţă de câteva zile.

După sosire, ea a trecut pe la cei doi, făcându-şi, cu această ocazie, un consult de rutină, după care a mers la Vama Veche unde a găsit un loc să facă plajă singură. La un moment dat, a apărut un individ de care ea s-a îndrăgostit pe loc şi care – după cum relata ea – a dus-o pe un tărâm miraculos.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Misteriosul crater Patomskiy

Un tânăr geolog rus, care avea sarcina oficială de a realiza o hartă geologică a unei anumite regiuni din Siberia, s-a „lovit" de un element straniu, cu totul neobişnuit, unic, care îi intrigă pe oamenii de ştiinţă şi astăzi, la mai mult de şase decenii după descoperire: aşa-numitul crater Patomskiy.

Locul diavolului

În anii care au urmat au fost emise numeroase teorii privitoare la originea bizarului crater: creat de o civilizaţie străveche necunoscută, construit de deţinuţii unui lagăr în timpul dictaturii lui Stalin (dar nu se ştie cu ce scop), generat de o activitate vulcanică, de un meteorit, de o explozie de hidrogen subteran ori, desigur, de un OZN; sau chiar de două OZN-uri!

Totuşi, cum era de aşteptat, cu mult timp înainte ca oamenii de ştiinţă să ia cunoştinţă de existenţa craterului şi să încerce să elucideze originea sa, localnicii sunt cei care au adunat o mulţime de informaţii despre subiect, unele dintre ele intrând cu timpul în legendă. Printre teoriile care nu au darul de a linişti nici cercetătorii, nici curioşii ignoranţi se află şi ideea că acest „loc al diavolului", craterul blestemat, cum îl numesc ei, ar fi periculos pentru oameni. Dar de ce?

De la vulcan la OZN

Există numeroase întrebări fără răspuns referitoare la fenomenul considerat „cel mai misterios loc din Rusia". Unul dintre cercetători povesteşte: „Când am văzut craterul, am crezut că înebunesc de căldură. Şi, într-adevăr, o ridicătură cu marginile foarte mult înălţate perfect în sus, până la nivelul unui imobil de circa 25 de etaje, cu un fel de decupaj rotund în partea superioară, se află chiar în mijlocul pădurii. A fost o descoperire cu totul neaşteptată." De la descoperirea acestui loc misterios, mai târziu numit craterul Patomskiy, oamenii de ştiinţă au venit cu teorii dintre cele mai diverse asupra originii sale. Între ele, o explozie subterană de natură necunoscută, urmată de căderea din spaţiul cosmic a unei substanţe dense, la fel de misterioasă şi necunoscută de om. Sau, desigur – revine vechea obsesie – prăbuşirea unui OZN! Totuşi, niciuna dintre teoriile emise nu pot explica pe de-a-ntregul anomaliile craterului şi procesele care încă se petrec chiar în interiorul sitului respectiv.

Mai târziu, alţi cercetători (între ei, geologul Alexander Portnov) au venit cu concluzia că ar putea fi vorba despre o mai veche prăbuşire a unui fragment de rocă spaţială desprinsă din celebrul meteorit Tunguska, cel care a explodat în 1908 deasupra regiunii Krasnoiarsk din Tunguska. O altă explicaţie ar fi originea vulcanică, sugerată de forma craterului, dar în sensul că nu lava ar fi determinat formaţiunea, ci explozia gazului. Experimentele şi analizele realizate în acest sens ar confirma teoria respectivă. Deocamdată însă nu există un consens definitiv care să unifice acest subiect.

Terestru, dar necunoscut (?!)

Bizareriile şi paradoxurile nu încetează totuşi să obstrucţioneze teoriile ştiinţifice ori speculaţiile, oricare ar fi ele. În cazul exploziei de gaz subteran, aceasta nu ar fi trebuit să determine creşterea temperaturii. În mod natural (din punctul de vedere al experţilor, cel puţin), o primă explozie cu creşterea temperaturii ar fi fost urmată de o nouă colectare de gaz subteran, altă explozie, altă ridicare a solului, deci o reconfigurare a craterului şi aşa mai departe. Or, acest lanţ de evenimente nu a fost înregistrat în cazul „craterului diavolului".

Alexander Pospeev, doctor în ştiinţe geologice şi mineralogice, insistă pe teoria non-extraterestră: „Nici acum nu se cunoaşte originea craterului, dar pot spune cu certitudine că e de origine terestră. Se poate să fi fost generat de eliberarea anumitor lichide cum e hidrogenul. Poate fi vorba despre un alt fluid, nu ştim exact. Oricum, studiile de până acum au demonstrat absenţa unor obiecte cum ar fi fragmentele de asteroid sau ale vreunui obiect metalic în interiorul craterului, aşa cum s-a mai sugerat."

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Ginkgo biloba, arborele imens, cu frunze în formă de evantai, desemnat „arborele mileniului" datorită proprietăţilor sale extraordinare, este benefic în tratarea astmului, bronşitei, tulburărilor de circulaţie, stărilor de anxietate, dar şi în protejarea performanţelor memoriei. Unii cercetători sunt de părere că preparatele rezultate din Ginkgo biloba ameliorează migrenele, influenţează pozitiv evoluţia sclerozei multiple şi îmbunătăţeşte auzul.

Despre extractul de Ginkgo se spune că are efect anticoagulant. De asemenea, îmbunătăţeşte microcirculaţia sangvină, permiţând oxigenului şi substanţelor nutritive să hrănească „celulele nobile" ale creierului.

Este importantă şi capacitatea de a combate radicalii liberi.

După decenii de euforie în faţa miraculosului „arbore al mileniului" au urmat unele studii ale căror concluzii lasă loc şi unor rezerve. Astfel, se consideră că în cazul unor pacienţi există risc crescut de producere a unui accident cerebral sau, alteori, risc crescut de sângerări. Este motivul pentru care nu se recomandă automedicaţia. Nu vă trataţi niciodată cu preparate Ginkgo fără recomandarea expresă a medicului.

Dr. VALERIU MANTA

Evitaţi automedicaţia

Cu gândul la mare

Ţinute lejere, uşoare, cochete, vor contribui la confortul dumneavoastră psihic în zilele petrecute la mare.

Se poartă imprimeuri florale, culori vii, dar şi albastru marin. De asemenea, rochii şi topuri cu multe volane, dar şi pantaloni scurţi. O ţinută extrem de sexy pentru drumul spre plajă poate fi o bustieră şi un pantalon croşetate. Şi poşetele croşetate, în diverse forme sunt o sugestie interesantă.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Culorile şi personalitatea feminină

Surprinzător sau nu, specialiştii spun că preferinţa femeilor pentru anumite culori are impact puternic asupra psihicului şi dezvăluie unele caracteristici ale personalităţii şi temperamentului persoanei respective.

Mai multe studii arată că majoritatea femeilor preferă culori precum albastru, verde, violet, turcoaz sau roz. Întotdeauna aflate în top, aceste culori şi nuanţele lor pastelate sunt considerate o marcă a feminităţii. Mai trebuie spus că cele mai îndrăgite culori sunt albastru, violet şi verde, iar cele mai puţin agreate sunt portocaliul, maroul şi griul.

De asemenea, preferinţa pentru verde scade odată cu înaintarea în vârstă. În schimb, preferinţa pentru violet, mov sau nuanţele lor creşte odată cu vârsta.

Aşadar, care sunt culorile dumneavoastră preferate?

■ ***Albul,*** deşi este asociat cu eleganţa, puritatea şi simplitatea, nu este considerat o culoare feminină, ci mai degrabă una neutră. Preferinţa pentru alb indică o fire visătoare, puţin aeriană, cu multă imaginaţie şi foarte sensibilă.

■ Preferinţa pentru ***galben*** indică activitate cerebrală şi creativă. Persoane timide şi exuberante, buni prieteni, au un efect calmant asupra anturajului.

■ Persoanele care preferă ***portocaliul*** sunt pline de energie, cu un spirit de cercetător, avide

de cunoaştere, de lucruri noi, ieşite din comun. Manifestă multă voinţă în atingerea obiectivelor proprii, iar uneori sunt lipsite de scrupule.

■ Dacă ***rozul*** este culoarea preferată, sunteţi o persoană înclinată spre o existenţă calmă, liniştită, din care să lipsească situaţiile neprevăzute. Sunteţi afectuoasă, sensibilă, copilăroasă.

■ Preferinţa pentru ***roşu*** indică o fire pasională, dinamică, impulsivă şi zgomotoasă. În acelaşi timp senzuală şi decisă să se realizeze pe toate planurile.

■ Atracţia pentru ***verde*** denotă echilibru, simţ camaraderesc, fidelitate. Este preferat de firile foarte echilibrate sau de naturile foarte sensibile care caută stabilitatea emoţională. Verdele îndeamnă la singurătate.

■ Persoanele care agrează ***maroul*** sunt interiorizate, dar tenace şi temerare.

■ Peferinţa pentru ***gri*** indică o personalitate puternică, chibzuită în toate privinţele, independentă şi puţin retrasă.

■ Persoanele care preferă ***albastrul*** sunt echilibrate sau care caută echilibrul, înţelepte şi prudente.

■ Peferinţa pentru ***violet*** trădează persoane cu caracter puternic, cu înclinaţii artistice. Observă şi expun rapid greşelile celorlalţi, fapt ce le creează dificultăţi. Au înclinaţii spre pesimism.

■ Persoanele cărora le place ***negrul*** par a se dedubla. Au o faţă nevăzută, ardentă, expusă şi vulnerabilă şi o alta mascată faţă de ceilalţi, adaptată interesului propriu, sau, uneori, foarte sofisticată. Sunt persoane enigmatice, care au o mare putere de atracţie.

Gastronomice

Salată de legume

220 g cartofi, 150 g ciuperci, sare, piper, o ţelină, 150 g nuci, 220 g napi, 1/2 lămâie, 2 ouă, 80 ml ulei, 150 g vârfuri sparanghel, 2 salate verzi, 3 roşii, 2 gălbenuşuri.

Cartofii şi napii se feliază pe rotund, ciupercile se toacă felii, apoi se fierb. Nucile se taie bucăţele mici. Ţelina se taie fideluţă. Se amestecă bine cu o maioneză făcută din 2 gălbenuşuri, sare şi zeamă de lămâie. Se aşază pe un platou şi se garnisesţe cu felii de roşii, 1 ou fiert, tăiat felii, vârfuri de sparanghel fiert şi foi de salată verde.

Ficăţei de pui cu vin

500 g ficăţei de pui, o ceapă mare, 4 linguri ulei de măsline, 3 linguri vin alb, sare, piper, boia de ardei dulce.

Se taie ceapa rondele şi se aşază într-o formă rezistentă la cuptor. Peste ceapă se aşază ficăţeii spălaţi. Se asezonează cu ulei şi vin. Se presară sare, piper şi boia după gust. Se introduc la cuptor pentru 20 de minute, în forma acoperită cu folie de aluminiu sau capac. În ultimele 10 minute se ia capacul pentru a se rumeni ficăţeii.

Tort cu înghetată şi căpşuni

Pentru blat: ***500 g biscuiţi cu ciocolată, 100 g unt, 100 g lapte, 2 linguri esenţă de rom.***

Pentru înghetata de ciocolată: ***5 gălbenuşuri, 500 ml lapte, 100 g zahăr, o ciocolată amăruie, căpşuni.***

Pentru decor: ***o ciocolată, 50 g unt, căpşuni.***

Pentru blat, se mărunţesc biscuiţii cu ajutorul robotului de bucătărie sau maşina de tocat carnea. Se amestecă pesmetul de biscuiţi cu untul şi laptele (dacă mai este nevoie se mai adaugă lapte). Într-o tavă cu pereţi detaşabili se adaugă o jumătate din amestecul de biscuiţi şi se apasă cu o lingură. Se pregăteşte înghetata. Gălbenuşurile se freacă bine cu zahărul până îşi dublează volumul. Laptele se pune la fiert şi când dă în clocot se dă deoparte şi se toarnă peste gălbenuşuri. Se bate bine, se pune cratiţa din nou pe foc, amestecând continuu până se îngroaşă. Se dă deoparte şi se adaugă ciocolata, se amestecă şi se lasă să se răcească, după care se pun căpşuni tăiate bucăţi. Se dă la congelator, amestecând de câteva ori ca să spargem acele de gheaţă. Peste blatul de biscuiţi se adaugă înghetată (pe margine se pun căpşuni) şi restul de biscuiţi. Se dă din nou la congelator pentru 2 ore. Se decorează cu ciocolată topită şi căpşuni.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Dosarele frumuseţii

Valenţele mentei

Cu un miros inconfundabil şi o aromă revigorantă menta acţionează benefic şi asupra tenului.

În aromaterapie şi în cosmetică, menta, fie că vorbim despre speciile spontane, fie despre cele de cultură, este utilizată foarte mult, fiind planta cu cea mai mare concentraţie în mentol.

Uleiul esenţial de mentă dă o senzaţie de prospeţime şi are efect stimulant.

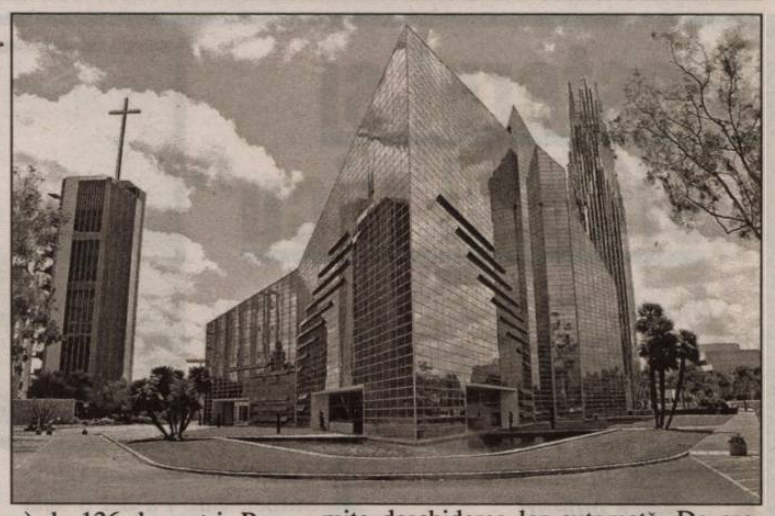
Mai ales acum vara, când circulaţia periferică vă dă mai mult de furcă, o baie în care aţi turnat câteva picături de ulei de mentă va descongestiona „picioarele grele" datorită acţiunii sale de uşoară dilatare a vaselor.

Efectul antibacterian al mentei o face să-şi găsească locul în compoziţia unor produse cosmetice folosite atât pentru tenul mixt cât şi pentru cel gras.

Apa florală de mentă, destinată tenului, este astringentă, tonifică şi purifică în profunzime tenul. Mai trebuie spus că apa florală închide porii şi revitalizează tenurile terne.

Menta mai are şi puterea de a regla producţia glandelor sebacee. Această însuşire face ca împreună cu uleiul esenţial de eucalipt să fie folosită şi la îngrijirea părului. Din ceai concentrat de mentă puteţi pregăti cuburi de gheaţă. În dimineţile în care obrazul dumneavoastră pare obosit, plimbaţi un astfel de cub pe faţă şi miracolul se va produce: veţi arăta senzaţional, cu pori închişi şi tenul catifelat.

Catedrala de Cristal

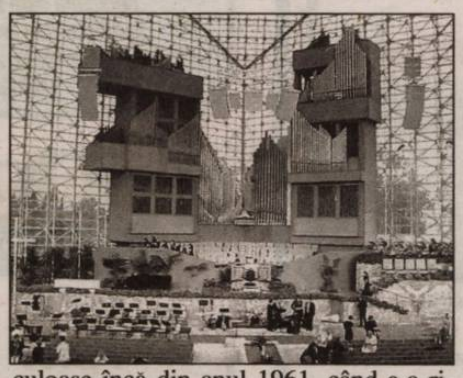


Crystal Cathedral este numele unei biserici catolice situate în oraşul Garden Grove din statul american California. Înainte să fie achiziţionată în noiembrie 2011 de Biserica Catolică Română, aici se celebrau liturghiile de către Biserica Reformată din America, una dintre cele mai vechi biserici protestante din Statele Unite.

20 de milioane de telespectatori

Structură atipică formată din 10.000 de panouri de sticlă, Catedrala de Cristal este opera arhitectului Philip Johnson, care a supervizat lucrările de construcţie între anii 1977 şi 1980, când au fost încheiate. În 1990 i s-a adăugat spaţiul denumit „Prayer Spire". Edificiul este vizitat anual de peste 250.000 de persoane.

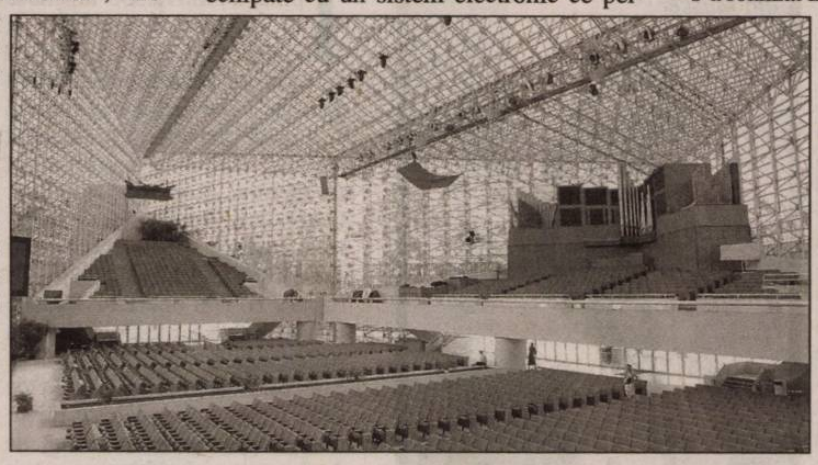
Termenul de catedrală generează o oarecare confuzie, deoarece nu e folosit decât pentru a desemna proporţiile neobişnuite ale edificiului, ceea ce nu se întâmpla în perioada Bisericii Reformate. În mod oarecum paradoxal, totuşi, după achiziţia sa de către Biserica Catolică, dioceza din Orange chiar intenţionează să o transforme în catedrala sa, ceea ce face să-şi merite numele cu adevărat. Un statut trecut, de altfel, printr-o serie de începuturi relatate şi transformări spectaculoase încă din anul 1961, când s-a ridicat o primă variantă a edificiului religios modernist cu totul deosebit. Deosebit şi prin faptul că, dincolo de spectaculozitatea sa conferită de concepţia arhitecturală atipică pentru un asemenea lăcaş de cult, Crystal Cathedral a devenit şi studioul de transmisie pentru un program de televiziune pe canalul local KTLA-5, denumit „Hour of Power", care a ajuns să fie vizionat de circa 20 de milioane de telespectatori din întreaga lume!



O operă atipică

Acest edificiu postmodernist combină o structură metalică cu panouri de sticlă pictate şi montate începând din anul 1977. Sanctuarul e bazat pe un plan în formă de stea cu patru raze, are înălţimea de 40 de metri, lungimea de 63 de metri şi lăţimea (sau, mai degrabă lărgimea) de 126 de metri. Pereţii şi bolta sunt acoperite în total de 10.000 de panouri de sticlă pictate, care dau o luminozitate excepţională edificiului. Interiorul are forma unei nave de peste 28.000 m², unde pot avea loc 2.900 de persoane. În centru se află un bazin care include mai multe fântâni arteziene. De o parte şi de cealaltă a clădirii, cele două porţi înalte de 27 de metri sunt echipate cu un sistem electronic ce permite deschiderea lor automată. De asemenea, spaţiul interior este divizat în aşa fel încât, la nevoie, capacitatea de primire a enoriaşilor poate fi mărită.

Pavajul de marmură spaniolă găzduieşte, la loc de cinste, o orgă uriaşă alcătuită din 15.948 de tuburi, 14 diviziuni, 302 jocuri şi 273 de ranguri – una dintre primele cinci cele mai mari orgi din lume. Oficial, consacrarea sanctuarului s-a realizat în 1980. Însă bugetul de 6 milioane USD prevăzut iniţial a fost mult depăşit, ajungând la 17 milioane USD. Totuşi, se poate aprecia că o asemenea capodoperă uluitoare merită din plin investiţia. Biserica astfel construită a primit numele de Crystal Cathedral, în timp ce parohia „Garden Grove Community Church" a fost rebotezată oficial „Crystal Cathedral Congregation".

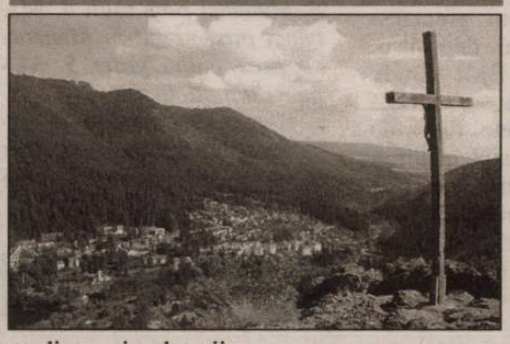


ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Piatra Şoimului

Situată nu departe de staţiunea turistică Băile Tuşnad, Piatra Şoimului este o rezervaţie naturală parcă anume făcută pentru pasionaţii de drumeţii montane. Tocmai de aceea, vizitarea rezervaţiei este recomandată mai ales montaniarzilor pasionaţi şi bine antrenaţi, nu şi persoanelor care au probleme cardiace, circulatorii sau respiratorii. Deşi nu are decât câţiva kilometri, drumul din Băile Tuşnad până la Piatra Şoimilor este destul de greu de străbătut, dar dificultatea traseului este din plin răsplătită de peisajele deosebite pe care le puteţi admira.



După traversarea podului peste Olt, drumul se bifurcă, spre stânga se poate ajunge la camping şi la mofetă, iar spre dreapta continuă traseul marcat cu triunghi roşu, care urcă spre Piatra Şoimilor. Traversaţi apoi drumul forestier, treceţi pârâul Corbului şi urcaţi serpentinele spre versantul abrupt al Pietrei Şoimilor.

După o urcare de aproape o oră, pădurea se rarefiază şi se ajunge în spatele unei stânci mai mici, aflată la capătul de sud al Pietrei Şoimilor. Puţin mai spre dreapta se părăseşte poteca şi după cam 10 m se urcă cu grijă pe o pantă abruptă şi se ajunge la un mic popas, de aici se mai merg 5 minute spre nord şi se ajunge la punctul de belvedere Piatra Şoimilor, unde se află şi o cruce de lemnn. De aici se poate admira priveliştea oferită de staţiune, de defileul Oltului şi de masivul Ciomat.

În zonă puteţi beneficia de numeroase posibilităţi de cazare, de la hoteluri şi pensiuni la cabane şi tabere de camping. În zonă puteţi pescui sau face ciclism montan, puteţi face plajă sau, pur şi simplu, puteţi admira flora şi fauna foarte variate – printre plantele existente se află şi „vulturica lui Teleki", o floare unicat, care creşte doar pe stâncile din acest masiv. Aveţi grijă însă, pentru că zona e un adevărat paradis al sălbăticiunilor, putându-se întâlni aici nu doar veveriţe, pârşi, căprioare, ci şi urşi, lupi şi râşi.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Golia

Ridicată în Iaşul Medieval, în târgul Cucului, Mănăstirea Golia are hramurile „Înălţarea Domnului", „Izvorul Tămăduirii" şi „Sfânta Treime". Ctitorită de marele logofăt Ioan Golia în secolul al XVI-lea, apare prima dată într-un act întărit de domnitorul Ieremia Movilă, în anul 1606.

Căzut în ruină, aşezământul este transformat radical din 1650 de către Vasile Lupu, rezidirea fiind terminată de fiul său în 1660, ambii fiind menţionaţi drept ctitori în inscripţia în limba slavonă din biserică.

În jurul mănăstirii este un zid înalt având în colţuri turle ridicate în 1667. Zidul a fost construit conform tradiţiei de Vasile Lupu iar turnurile sunt atribuite lui Gheorghe Duca.

În secolul al XVIII-lea, Mănăstirea suferă o serie de avarii cauzate de incendii şi de cutremurul din 1738, în urma căruia s-au dărâmat turlele chiar în timpul reparaţiilor acestora. În 1838 se reface catapeteasma. În 1863, după secularizare, locaşul cade în ruină şi este închis între 1900-1947. Devine apoi biserică parohială până în 1992 când îşi recapătă vechiul statut.

Biserica este construită din blocuri de piatră făţuită cu pilaştri corintici şi cornişă în stil baroc, susţinută de coloane. Este realizată în stil gotic, având şi puternice influenţe ale Renaşterii italiene.

Acoperişul este o aglomerare de turle şi cupole aşezate în linie dreaptă şi susţinute de arcaturi etajate. Turlele au o bază octogonală cu decoraţii munteneşti şi motive orientale, iar interiorul moldovenesc aminteşte împărţirea de la Trei Ierarhi cu absidele laterale înecate în zid, cu cafas în tindă şi cu chenare orientale în jurul celor două uşi. Pictată iniţial de zugravul Matei, deţine un policandru şi şase sfeşnice în faţa altarului, donate de Vasile Lupu.

În biserică există două reprezentări votive, una înfăţişându-i pe Ieremia Movilă şi familia Golia iar cealaltă familia domnitorului Vasile Lupu. Pictura a fost refăcută în mare parte în 1838, dar nu este la fel de valoroasă ca aceea a meşterului Matei.

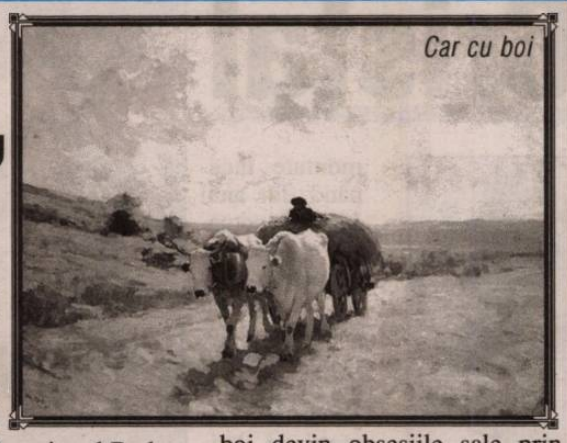
Turnul Goliei, înalt de aproape 30 de metri, cu un gang de incintă a fost ridicat de egumenul Meletie şi refăcut în jurul anului 1900. Alături se află prima casă de apă din Iaşi, cu fântână turcească în exterior.

În 1786, mănăstirea a devenit reşedinţă mitropolitană şi aici se oficiau cununiile domneşti. În incintă se mai află stăreţia cu Paraclisul Brâul Micii Domnului şi casa în care a locuit o vreme diaconul Ion Creangă.

În zilele noastre este mănăstire misionară. Aici funcţionează institutul cultural-misionar Trinitas.

IRINA STOICA

Meșterul și „sfântul Nicu”


Car cu boi

Nicolae Grigorescu, uriașul impresionist român, considerat cel mai valoros pictor al României, s-a născut în satul Pitaru, județul Dâmbovița, în 1838. A fost al șaselea copil și a descoperit de timpuriu o lume rurală săracă, plină de nevoi dar și de o liniște sufletească izvorâtă din înțelepciunea cu care oamenii știau să trăiască de pe urma pământului.

Acest fiu al lui Ion și al Mariei, zis Nicu, a moștenit talentul de la unchiul Ghiță, primul care i-a pus cărbunele în mână să deseneze. Și, în anii școlii primare, a început să aducă un ban în casă realizând iconițe și vânzându-le pe la târguri. Cam ceea ce făcea și Brâncuși la vremea lui. Iar geniile au întotdeauna o șansă care le luminează destinul. Pentru sfiosul și delicatul „Nicu” (așa semna iconițele), norocul s-a numit tabloul istoric „Mihai scăpând stindardul”, pus în vitrina unui zugrav, într-o mahala a Bucureștiului. Și a trecut pe acolo și l-a văzut beizadeaua Mitică-Ghica.

Gornistul

I-a plăcut și a ajuns cu „Nicu” la domnitorul Barbu Știrbei, care i-a dat o sută de galbeni pe el. Apoi i se comandă lucrări la biserici și toți meșterii vor ca Nicu să creeze chipurile sfinților, că „le face dumnezeiește”. Toți stareții îl iubesc pe zugravul-minune și, după Căldărușani și Zamfira, ajunge la Agapia, în Moldova.

Contadina din Muscel

Dar faima sosea înaintea lui. Pentru trei ani, Grigorescu lucrează frenetic la biserica Sfinții Voievozi. Minunația operelelor murale de la Agapia ne încântă și astăzi. Spre 1861, la finalul superbului capitol Agapia, i se spune „sfântul Nicu”, nu „meșterul Nicu”.

Încântându-l pe însuși Kogălniceanu, Grigorescu ajunge, în fine, la Paris. Avea douăzeci și trei de ani și dornic să învețe și să arate ce știe. Se afirmă la un concurs de profil și se alătură în satul Barbizon unei pleiade entuziaste de pictori: Rousseau, Corot, Millet, Daubigny și Courbet. Se îndrăgostește de fiica lui Millet, dar va fi doar o adiere. În 1864 se întoarce în țară și-și pregătește prima expoziție. A fost un mare succes. Țărăncile sale simple, curate, zâmbitoare și carele cu boi devin obsesiile sale prin care-și dedică sufletul vieții molcome țărănești. Peste șaizeci de pânze sunt dedicate celebrilor săi boi, aliatul neobosit al plugarului sărac, un simbol al forței domesticite. Devine și pictor de front și „Atacul de la Smârdan” impresionează pe toată lumea.

În 1890 se stabilește la Câmpina, Prahova. Se afirmase în capitala Franței atât la Expoziția Universală, cât și la Salon – cu tabloul „Tânără țigancă”. Dar îi face o plăcere mai mare să expună la Ateneul Român. Devine membru al Academiei Române în 1899. Umblă prin țară însetat de temele sale rurale și aducând omagii oamenilor simpli și vieții de fiecare zi. Din opera lui răzbate plăcerea de a fi român și liniștea sufletească a artistului împlinit, care nu a uitat nici o clipă de unde a plecat. Fondatorul picturii române moderne (urmat de Andreescu și Luchian) a murit

Boul „Ghiocel”

în 1907, la Câmpina... Acolo unde „boul Ghiocel venea la pozat”, cum ne povestește Vlahuță despre „sfântul Nicu”.

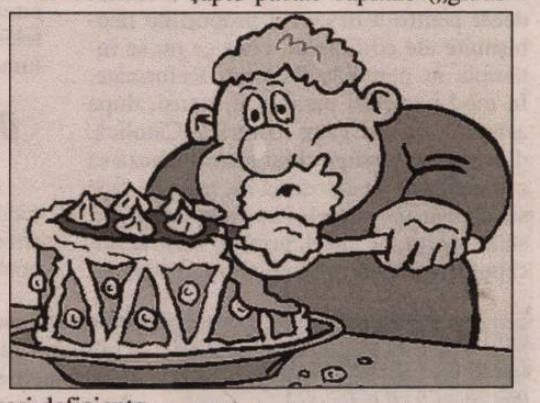
Un cap ocupat

Guang Nghiep a urcat 90 de trepte purtând pe cap o persoană care stă în echilibru cap pe cap. Povara era un frate, ambii vietnamezi.

ZIGZAG în timp și spațiu

Pofte și pofticioși

„Grăsimea este marele dușman al secolului XXI, care va fi slăbănog sau nu va fi deloc”. Asta este concluzia sociologilor și medicilor care se ocupă de boala consumului în exces și irațional. În SUA se alocă anual peste 100 de miliarde de dolari pentru combaterea și prevenirea obezității!



Pe americani îi dor foarte mult consecințele financiare, la nivelul societății, ale bolii numite „greutate excesivă”. Și asta pentru că și la nivel profesional se constată mari deficiențe și realocări de fonduri pentru persoanele suferinde. Tratamentele pentru dietă și exerciții fizice costă scump patronii cu angajați obezi. De aceea se vorbește despre managementul obezității ca și cum s-ar vorbi despre piața de conopidă și sfeclă roșie.

Printre cauzele principale se numără moștenirea genetică și sedentarismul – asociat cu produsele foarte bogate în calorii. Specialiștii oferă soluții pentru fiecare categorie de supraponderal, și pe baza unei formule foarte simple, care ne spune dacă avem greutatea normală sau am depășit-o. Factorul numit BMI (Body Mass Index) se calculează astfel: kilogramele fiecăruia se împart la pătratul înălțimii respective. Pentru normalitate, rezultatul trebuie să fie sub indexul de 25. De exemplu, o persoană cu înălțimea de 1,80 metri și cântărind 80 de kilograme (adică o persoană normală), are BMI = 80 : 1,80 x 1,80 = 80 : 3,24 = 24,69. BMI între 25 și 29 înseamnă supragreutate. Între 30 și 35 este clasa I de obezitate; între 35 și 40 este clasa a II-a de obezitate, iar peste 40 (Doamne ferește!) este clasa a III-a de obezitate sau obezitate morbidă.

Foarte mulți sunt tentați să vorbească despre lăcomie atunci când vine vorba despre persoane plinuțe. De altfel, pentru doctrina romano-catolică, lăcomia este unul dintre cele șapte păcate capitale („gluttire” în latină însemnând a înfuleca). Și asta pentru că în filosofia religioasă occidentală au existat numeroase dezbateri pe tema consumului excesiv care dăunează atât corpului, cât și spiritului. Ideile în acest sens vin din Vechiul Testament, unde există multe exemple de lăcomie alimentară.

Mulți Părinți ai Bisericii au avut opinii drastice împotriva lăcomiei alimentare. Aș alege „Căile Lăcomiei” descrise de Tomasso d'Aquino (mort în 1274): *1. Mănânci prea devreme 2. Mănânci prea scump 3. Mănânci prea mult 4. Mănânci prea grăbit 5. Mănânci cu prea multă poftă 5. Mănânci din plictiseală.*

Dacă privim aceste observații pare incredibil că au fost făcute cu aproape șapte secole în urmă. Sunt utile și azi.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

Victime ale răpirilor

În 1973 aproape că se stinseseră ecourile răpirii și uciderii fiului celebrului aviator Charles Lindbergh (dramă petrecută în 1932), când o altă răpire faimoasă se petrecea în Italia, în familia unuia dintre cei mai bogați oameni ai lumii. John Paul Getty III, nepotul magnatului petrolului John Getty senior (1892-1976) – primul miliardar al lumii în 1956 – era furat la Roma de niște infractori care n-au fost prinși niciodată. Getty III avea paisprezece ani pe atunci și răpitorii au cerut în prima scrisoare de răscumpărare 17 milioane de dolari. Numai că bunicul nici nu a vrut să audă de o astfel de plată, motivând că mai are 15 nepoți și toți pot păți același lucru.

După cinci luni, făptașii – care nu se așteptau la o asemenea replică din partea unui miliardar notoriu – au trimis părinților băiatului o parte dintr-o ureche și un smoc de păr. Ei amenințau că dacă în zece zile nu primesc 3,2 milioane de dolari, atunci John Paul Getty III va fi trimis bucăți acasă.

În noile condiții, bunicul Getty s-a mai înduioșat și a acceptat să plătească 2,2 milioane, iar restul să pună fiul său cu bani împrumutați de el cu o dobândă de 4 la sută! Incredibila tocmeală în familie s-a finalizat în cele din urmă și răpitorilor le-a fost trimisă suma de 2,9 milioane dolari – după alte negocieri cu bandiții. În decembrie 1973, băiatul a ajuns casă mutilat, ulterior el suferind o operație estetică. Din păcate, acest nepot mult încercat a ajuns un alcoolic și un drogat incurabil, el paralizând și murind în februarie 2011 după o lungă suferință.

Un alt caz de excepție a fost cel al Carlinei White (foto), care a fost răpită dintr-un spital din New York pe când avea doar 19 zile de viață. Abia după 23 de ani ea a scăpat de răpitoarea ei, Ann Pettway. Aceasta se deghizase în infirmieră și luase bebelușul nesupravegheat. A crescut-o pe Carlina White ca pe propriul copil, dar când aceasta s-a făcut mare a început să pună întrebări incomode. „Mama” nu-i putea scoate cardul de asigurări sociale pentru că nu avea certificat de naștere.

Intrată la bănuieli, fata de 23 de ani a început să-și caute singură identitatea pe la spitale și organizații de profil. Când a văzut un anume caz de răpire din New York, ea a anunțat poliția și au început investigații lărgite.

În 2011, Carlina White s-a identificat, dar încă nu și-a găsit părinții care divorțaseră la un an de la răpire și se recăsătoriseră. Ann Pettway a fost arestată, ea justificându-și fapta prin desele pierderi de sarcină. În 2012 a primit o sentință de 12 ani de închisoare.

Ştiaţi că...

◆ *...în 1899 a fost construit primul autobuz din lume? Realizatorul lui a fost inginerul german Gottlieb Daimler.*

◆ *...cel mai vechi cântec de dragoste are mai mult de 4000 de ani? A fost compus în Mesopotamia.*

◆ *...în anul 1849 a avut loc primul bombardament aerian cunoscut? Raidul a fost realizat de un balon Montgolfier fără pilot, care a aruncat bombe asupra Veneţiei.*

◆ *...o persoană are în medie între 90.000 şi 150.000 de fire de păr? Persoanele blonde au părul cel mai des, iar cele roşcate cel mai rar.*

◆ *...Farul din Alexandria, considerat una dintre „Cele 7 minuni ale lumii antice", a fost constuit între anii 285-247 î.Hr.? Arhitectul a fost Sostratos din Cnidos.*

◆ *...crocodilii înghit pietre? O fac pentru a se putea scufunda cât mai adânc.*

◆ *...în Bulgaria cifra 13 nu este una ghinionistă? Dimpotrivă, este aducătoare de noroc.*

Ştiaţi că...

HAGA – oraşul păcii

Situat în partea de vest a Olandei de Sud, oraşul Haga este sediul guvernului ţării cu toate că rolul de capitală este desemnat prin constituţie Amsterdamului. Aici, în Haga, se află camerele parlamentului, biroul de lucru şi reşedinţa regelui, toate ambasadele statelor străine, Curtea Supremă şi Consiliul de Stat, sediile NATO şi ONU.

Al treilea oraş ca mărime după Amsterdam şi Rotterdam, a jucat întotdeauna un rol important în sectorul judiciar după ce, în secolul al XIII-lea, au fost transferate aici curţile superioare de justiţie ale unor provincii.

Dezbaterile dintre reprezentanţii provinciilor olandeze, între anii 1584-1795 au constituit începutul parlamentului de astăzi, cu toate că Haga nu deţinea încă statutul de oraş, statut pe care l-a căpătat în 1795 pentru un timp scurt, din 1798 existând din punct de vedere administrativ, pentru o lungă perioadă, numai comune.

Haga nu a avut timp să-şi construiască ziduri şi „cheile" oraşului, făcute la repezeală de un argintar, au fost folosite numai de două ori şi au dispărut în timpul celui de la Doilea Război Mondial.

Importanţa internaţională a oraşului a fost conferită după

Palatul Păcii

„Acordul de la Haga" privind reglementarea războaielor pe uscat, urmare a Conferinţelor de Pace din 1899 şi 1907.

Apoi între 1907-1913 a fost construit aici Palatul Păcii, prin contribuţii şi donaţii din lumea întreagă. Din 1922 acesta este sediul Curţii Internaţionale de Justiţie, un organism judiciar alcătuit din 15 judecători care, după încheierea celui de al Doilea Război Mondial, a devenit instanţa supremă de justiţie a ONU.

Din perioada de glorie a „satului" Haga, cuprinsă între secolul al XVI-lea şi al XVII-lea datează numeroase biserici şi palate, printre care reşedinţa regală. Tot atunci oraşul a devenit un important centru al portretisticii, peisagisticii, tipografiei şi gravurii, al sculpturii şi al meşteşugului aurarilor. În secolul al XIX-lea s-a format „Şcoala de la Haga" în cadrul căreia au activat pictori de seamă şi a devenit un mediu artistic preferat de mulţi neoimpresionişti şi simbolişti.

De altfel, în Muzeul Municipal din Haga, aflat într-o clădire impunătoare, relizată în 1935, după planurile arhitectului Hendrik Petrus Berlage, sunt expuse lucrări de Mondrian, Picasso, Claude Monet, Edgar Degas, Egon Schiele, Francis Bacon. Foarte admirate în muzeu sunt şi secţiile artizanale, de instrumente muzicale sau cea de costume care îţi oferă o călătorie printre stilurile vestimentare ale secolelor trecute.

Biserica St. Jacobskerk

De două ori pe an, primăvara şi toamna, este deschisă publicului, Grădina japoneză din Clingendael Park, creată la începutul secolului al XX-lea de fostul proprietar al parcului, Baroneasa Marguerite von Brienen, supranumită Lady Daisy. Călătorind de mai multe ori în Japonia, ea a adus de acolo felinare, un butoi cu apă, sculpturi, pavilionul, poduri mici şi mai multe plante. Grădina a fost pusă din 2001 pe lista monumentelor istorice naţionale, dar nu poate fi vizitată mai des din cauza fragilităşii sale.

Turnul Haga, cu 42 de etaje şi 132 metri înălţime, este cea mai înaltă clădire din Ţările de Jos şi găzduieşte numeroase atracţii.

Castelul Covalerilor datează din vremea contelui Glavius al V-lea, care a înălţat iniţial un fort. A fost terminat în secolul al XIII-lea, fiind o fortăreaţă cu pereţi de 1,2 metri grosime. A slujit rând pe rând drept cimitir, loc de adunare a cavalerilor, piaţă, arhivă, spital şi chiar loterie.

În zilele noastre găzduieşte capete încoronate şi, cu prilejul zilei de Prinsjesdag, monarhul soseşte aici într-o caleaşcă aurită şi ţine de pe tron un discurs în faţa Camerelor reunite ale Parlamentului.

Lângă clădirea monumentală a vechii primării se găseşte biserica St. Jacobskerk, unul dintre cele mai vechi monumente de acest fel din oraş, datând din secolele XIV-XV, cu o turlă hexagonală de 93 de metri, dintre cele mai înalte din întreaga ţară.

Muzeul Municipal

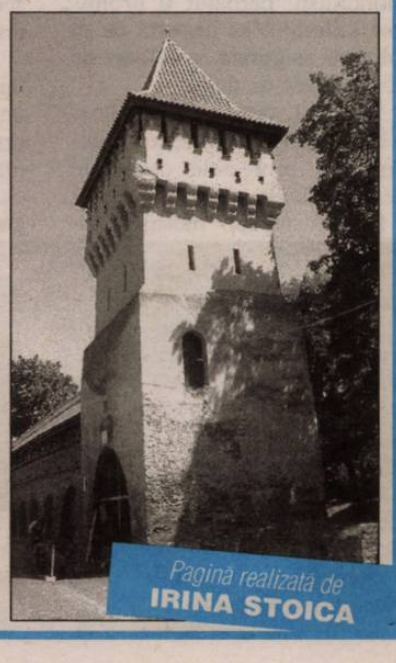
Simboluri ale umanităţii

Ageru-ochilor

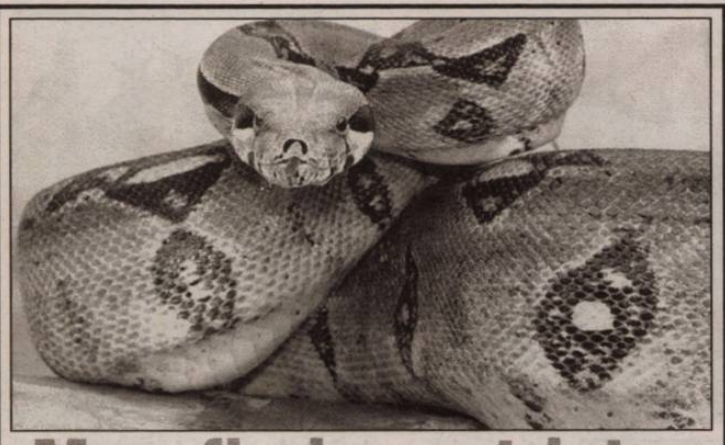
Personaj folcloric fabulos, întâlnit în mitologia românească are însuşirea neobişnuită de a vedea totul, până la depărtări incredibile, când este legat la ochi. Atunci când ochii sunt lăsaţi neacoperiţi arde totul în jur cu raza privirii sale. Parţial poate fi asemănat cu Ochilă din basmul Harap Alb de Ion Creangă. Forţa privirii sale pare să-şi găsească originea în miturile indo-europene privitoare la cel de al treilea ochi arzător al zeului vedic Shiva dar poate fi şi o explicaţie populară, independentă, a privirii pătrunzătoare a unor persoane de excepţie.

Turnul Olarilor

Aflat pe Strada Cetăţii din municipiul Sibiu, „Turnul Olarilor" este o componentă a centurii de apărare a oraşului. Construit pe la mijlocul secolului al XVI-lea, în cadrul unei acţiuni de sporire a turnurilor de zid, are o bază solidă, dreptunghiulară, înzestrată cu numeroase metereze.



Pagină realizată de IRINA STOICA



Musafirul constrictor

În localitatea Benac din Pirineii francezi o tânără proprietară a unei case cochete a avut parte de o surpriză cât se poate de neplăcută.

Vrând să ia puţin aer, a ieşit pe terasă, unde a văzut un musafir cu totul neobişnuit. Într-un colţ însorit se aşezase, cât se poate de comod, un şarpe boa constrictor. Tânăra a trăit spaima vieţii ei, dar asta nu a împiedicat-o să sune imediat la pompieri şi la forţele de ordine din localitate.

Oamenii legii s-au prezentat imediat şi au reuşit să sedeze animalul şi să-l ducă într-o clinică veterinară, unde urma să fie supus unor analize, înainte de a fi trimis într-o grădină zoologică.

Lucrurile s-au complicat însă, când a apărut vecina tinerei, care a declarat că şarpele era animalul ei de companie. Şi-a întărit afirmaţiile cu acte doveditoare dar recuperarea animalului a fost destul de dificilă.

În plus se pare că relaţiile între cele două nu mai sunt chiar prieteneşti, pentru că posesoarea şarpelui a fost obligată să plătească o amendă usturătoare pentru nerespectarea unui anume regulament privitor la animalele de companie dacă acestea pot deveni periculoase. *(I.S.)*

Plete lungi de 2 metri

Peste 16.000 de fani pe siteurile de socializare, după numai câteva luni de cont, are letona Aliia Nasyrova, de 27 de ani, pentru un motiv cu totul neobişnuit: părul său măsoară peste 2,20 metri.

Originară din Rusia, tânăra pasionată din fragedă copilărie de basmele cu zâne a depăşit 20 de ani de când nu şi-a mai tăiat părul. Se-nţelege că atâta păr e un lucru cu greutate. La propriu!

Pletele Aliiei cântăresc peste 2 kilograme. „Cam cât are pisica mea." – afirmă cu umor tânăra, care mărturiseşte că, totuşi, greutatea pecare trebuie să o suporte muşchii gâtului, în primul rând nu i-a dat niciodată dureri sau tensiune.

Ceea ce nu e tocmai simplu se referă la întreţinerea superbei sale podoabe capilare. Zinic, ea petrece mai mult de o oră numai să se pieptene, iar după spălare are nevoie de câteva ore numai să-şi usuce părul. Cu toate acestea, niciodată nu s-a gândit să şi-l taie. „Mi-am lăsat părul să crească încă din copilărie, fiindcă am fost fascinată întotdeauna de eroinele din basmele cu zâne", a mărturisit Aliia, adăugând: „Deoarece am părul mai lung decât înălţimea mea, uneori se-ntâmplă să calc pe el când merg, dacă sunt acasă. Când ies afară însă niciodată nu-l las despletit."

Pe contul său de socializare, tânăra letonă a postat şi mai multe fotografii cu fascinantele sale

plete coafate în mai multe moduri. Ea spune că primeşte şi mesaje de la persoane cărora podoaba sa capilară nu le place, unii chiar trimiţându-i îndemnuri de genul „Taie-le!" sau „Vinde-le!" Întrebată dacă va intra în Cartea Recordurilor, ea mărturiseşte că nu se poate aşa ceva şi pe bună dreptate. Aliia Ştie că, în prezent, recordul mondial absolut în această privinţă îl deşine o chinezoaică ale cărei plete măsoară nu mai puţin de 5,6 metri! Totuşi, Aliia se bucură că are cel mai lung păr din Letonia. *(A.N.P.)*

Plan criminal pentru o asigurare

A devenit, din păcate un fenomen, fie el şi la scară mică: intenţia, nu o dată pusă în practică şi dusă până la capăt, de a ucide pe cineva, de regulă o rudă, pentru a încasa asigurarea de viaţă a acesteia. În cazul de faţă vorbim despre un american care plănuia să îşi omoare atât soţia, cât şi propria fiică, în celaşi scop diabolic. Spre marea şansă a potenţialelor victime, el s-a trădat însă trimiţând mai multe SMS-uri!

Jeff Lytle, un bărbat de 42 de ani din Monroe, statul Washington, a avut proasta inspiraţie pentru el să trimită mesaje pe telefonul mobil persoanei nepotrivite, astfel trezind suspiciunile poliţiştilor locali, care l-au arestat înainte ca acesta să-l mandateze pe un anume „Shayne" pentru le ucide pe soţia şi fiica sa în vârstă de nmai 4 ani. Potrivit poliţiei din comitatul Snohomish, bărbatul îi promisese killerului să împartă cu el poliţa de asigurare în valoare de 1,5 milioane de dolari.

Ulterior, presa a avut acces la documentele poliţiei care demonstrau proiectele criminale ale lui Lytle. În aceste documente figurau inclusiv mesajele trimise dintr-o eroare unui alt bărbat, fost angajat al poliţiei.

El îi spunea, de pildă, fără echivoc: „Hei, Shayne, eşti în regulă? Îţi aminteşti că mi-ai spus că o să mă poţi ajuta să-mi ucid soţia. Vreau să dau curs acestei oferte."

„Asigurarea de viaţă valorează un milion, iar dacă vrei un bonus poţi s-o omori şi pe fetiţă. Asigurarea ei de viaţă e de 500.000 de dolari." „Dacă poţi, ar fi bine ca totul să pară o încercare de furt care a luat o întorsătură urâtă sau poate să pară un accident. Reţine că ea lucrează la Walmart şi iese din schimb la ora 11!"

În urma primirii... din greşeală a mesajelor cu sinistrul plan ucigaş, fostul poliţist a sunat la poliţia locală, care l-a arestat pe diabolicul soţ şi tată, „creierul" afacerii ucigaşe, înainte ca acesta să îşi fi putut pune în practică intenţiile malefice.

Prezentat judecătorilor, acestuia i-a fost fixată o cauţiune de un milion de dolari, exact cât urmărea să obţină în urma suprimării propriei sale soţii. Firesţe că în faţa Curţii individul a negat totul, motivând scrierea mesajelor incriminante prin faptul că în acest fel ar fi dorit, în realitate, să se „descarce" de o greutate sufletească, dar că niciodată nu ar fi avut intenţia să treacă la fapte. Mai mult decât atât, Lytle a explicat că nu el, ci fetiţa lui de 4 ani expediase mesajele respective. Din fericire procurorii nu au fost deloc surprinşi ori impresionaţi de asemenea declaraţii, astfel încât bărbatul urmează să primească – nu o sumă pe care să o folosească conform proiectelor sale tenebroase, ci mulţi-mulţi ani de „odihnă" într-o cămăruţă cu zăbrele metalice. *(A.N.P.)*

Blocaj neaşteptat

Pe autostrada Viena-Linz din Austria un blocaj neaşteptat a oprit o vreme circulaţia regulamentară. A fost un accident pe cât de insolit pe atât de jenant.

Un autocamion încărcat cu păsări s-a răsturnat pur şi simplu şi 7.000 de galinacee s-au văzut eliberate şi au umplut drumul.

Multe au murit în timpul accidentului, altele şi-au găsit salvarea îndepărtându-se, iar altele au refuzat libertatea plimbându-se tacticoase în apropierea camionului.

În timp ce se încerca într-un fel curăţarea locului de cadavre şi prinderea celor vii, s-a format o coadă de maşini de proporţii gigantice. Autoturismele au aşteptat într-un şir care se întindea pe 14 kilometri, pentru că totul s-a petrecut la o oră de vârf.

Şoferul camionului a scăpat, din fericire, cu câteva răni uşoare dar nu-şi poate explica de ce a avut loc neplăcutul accident. (I.S.)

Leu de mare hrăpăreţ

În realitate, animalele sălbatice care nu au fost crescute în captivitate se comportă absolut natural, instinctele dictându-le ocazional reacţii la care uneori omul nu se aşteaptă. Problema este că tocmai omul se află la originea comportamentelor „deviante" ale unor astfel de sălbăticiuni. Un exemplu elocvent este întâmplarea petrecută recent în Richmond (Columbia Britanică, Canada), când un leu de mare a înhăţat brusc o fetiţă care îl hrănea împotriva regulilor oficiale şi a tras-o în apă, fără însă ca aceasta să fi fost rănită.

Scena i-a surprins pe toţi cei prezenţi, mai ales prin rapiditatea desfăşurării, dar şi prin faptul că specia respectivă, în mod natural, nu este agresivă faţă de om. După ce leul de

mare a tras-o pe fată de rochiţă în apă, un bărbat a sărit imediat şi a salvat-o, scoţând-o afară teafără şi doar aflată într-o uşoară stare de şoc.

Problema cea mai importantă ridicată ulterior a fost însă motivul care a declanşat această agresiune. Potrivit unor biologi canadieni, animalul, altfel inofensiv, a fost atras de agitaţia persoanelor adunate pe chei.

Specia respectivă nu are însă calităţile unui animal de companie şi nu sunt obişnuite să se afle în preajma oamenilor. Specialiştii speră că întâmplările de acest gen îi vor impulsiona pe amatorii de mângâiat orice vietete care li se pare drăgălaşă să le lase totuşi în pace: „Păstraţi distanţă faţă de ele. Observaţi animalele, dar lăsaţi fauna sălbatică să fie ceea ce este, de fapt. Adică animale care trăiesc libere în mediul lor natural!" *(A.N.P.)*

HARRISON FORD – eternul aventurier

Cu o carieră depăşind lejer patru decenii, cu roluri legendare, în filme la fel de legendare, Harrison Ford este nu doar unul dintre cei mai bogaţi, dar şi unul dintre cei mai îndrăgiţi actori de la Hollywood. Numele lui se confundă aproape cu al filmelor de acţiune şi aventură, căci charismaticul artist a fost şi este un veritabil cavaler modern, fără armură, dar cu la fel de mult curaj ca şi războinicii din vechime.

La 75 de ani, vârstă pe care o împlineşte anul acesta, poate că Harrison nu mai e june-primul din anii 80, dar rămâne un etern aventurier, despre care vă invităm să aflaţi câteva picanterii mai puţin ştiute în rândurile următoare.

● Născut pe 13 iulie 1942, la Chicago, a fost fiul unui agent publicitar şi al unei casnice; într-un interviu acordat în tinereţe a mărturisit că, în clasele primare, a fost adesea victima fenomenului de „bullying", fiind agresat de colegii mai mari.

● În liceul pe care l-a urmat, Maine Township High Schoool, s-a arătat foarte pasionat de ştiinţele sociale şi de construirea de machete de trenuleţe electrice – machete funcţionale, realizate de el, se află şi acum expuse în clădirea liceului.

● După absolvirea liceului a studiat... filosofia la Colegiul Ripon din Wisconsin.

● Pentru a se întreţine pe timpul facultăţii, a lucrat ca tâmplar, meşteşug pe care-l mai păstrează şi azi, ca hobby, realizând diferite obiecte casnice din lemn.

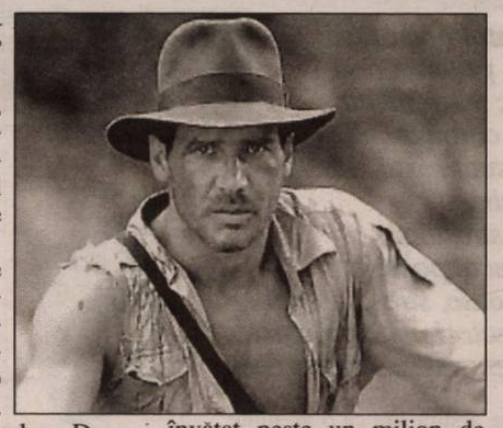
● În 1968 a suferit un accident de maşină, în timp ce încerca o cascadorie, rămânând cu o cicatrice pe bărbie; cicatricea a fost exploatată în două filme – „Indiana Jones şi Ultima Cruciadă" (1989), când personajul său susţine că s-a ales cu cicatricea încercând să folosească un bici, şi „Working girl" (1988), unde afirmă că, de fapt, a rămas cu cicatricea după ce a leşinat şi s-a izbit cu bărbia de chiuvetă pe când i se făcea un piercing în ureche!

● La începutul carierei, numele lui a apărut pe generic ca „Harrison J. Ford", pentru a nu fi confundat cu un celebru actor de filme mute, numit tot Harrison Ford.

● În 1998, tradiţionalul sondaj anual al revistei People l-a desemnat drept „cel mai sexy actor în viaţă".

● A fost căsătorit cu Mary Marquardt între 1964 şi 1979, având cu ea doi fii (Benjamin, născut în 1967) şi Willard (născut în 1969).

● A doua soţie, Mellisa Mathison, i-a dăruit un fiu, Malcolm (1987) şi o fiică, Georgia (1990); tot ea este autoarea scenariului la „E.T – Extraterestrul" (1982).



● Actualmente, fiica sa, Georgia, are o relaţie amoroasă cu fiul actorului Eddie Murphy, Elliot.

● Divorţul de Melissa Mathison a fost considerat „al patrulea cel mai scump divorţ din lume", potrivit revistei Forbes. Despărţirea l-a costat pe Harrison Ford 85 de milioane de dolari!

● S-a căsătorit cu actriţa Calista Flockhart (care este cu 22 de ani mai tânără decât el!) pe 15 iunie 2010, la Santa Fe, statul american New Mexico, pe când turna filmul „Cowboy şi extratereştri"; cei doi au împreună un fiu, Liam Ford.

● În august 2008 s-a calculat că profiturile totale (numai în Statele Unite) aduse filmele în care a jucat actorul au depăşit 3,5 miliarde de dolari, în vreme ce la nivelul întregii lumi suma a fost de 6 miliarde de dolari.

● A jucat cu patru actori principali din seria „Stăpânul Inelelor": John Rhys-Davies în „Căutătorii arcei pierdute" (1981), Viggo Mortensen în „Martorul" (1985), Sean Bean în „Jocuri patriotice" (1992) şi Miranda Otto în „Dincolo de aparenţe" (2000).

● Aviator pasionat, actorul a fost ales în 2004 preşedinte al Asociaţiei Aeronavelor Experiementale şi a învăţat peste un milion de copii să piloteze avioane, din 1992 până acum!

● De-a lungul carierei sale a refuzat numeroase roluri în filme care aveau să se dovedească de mare succes: „Jurassic Park" (rol preluat de Sam Neil), „Semn de viaţă" (Russel Crowe a primit rolul), „Furtuna perfectă" (a fost înlocuit de George Clooney şi „Patriotul" (film pe care l-a considerat „prea violent" şi unde până la urmă a jucat Mel Gibson).

● În cariera sa a jucat de două ori rolul preşedintelui SUA, în „Aeronava prezidenţială" (1992) şi „Singur împotriva preşedintelui" (1994).

● Numele lui i-a fost dat unei specii de furnici din America Centrală (Peideole harrisonfordi) şi unui păianjen din America de Sud (Calponia Harrisonfordi), ca o recunoaştere a eforturilor depuse de actor pentru conservarea speciilor.

● În 2003 a acceptat premiul Oscar în numele lui Roman Polanski, care nu a putut fi prezent la ceremonie, fiind căutat de justiţia americană încă din 1978.

● Actorul, care are o avere netă de 210 milioane de dolari, a declarat recent că personajul de care e cel mai mândru e „Indiana Jones".

PORTRET

Pavel Bartoş

Deşi este unul dintre cei mai îndrăgiţi prezentatori de televiziune de la noi, nu multă lume ştie că Pavel Bartoş este şi un foarte talentat actor. Născut pe 20 ianuarie 1975 la Miercurea Ciuc, a urmat Facultatea de Teatru la Cluj, sub îndrumarea reputatului profesor universitar şi actor Marius Bodochi, fiind repartizat, după absolvire, la Teatrul de Păpuşi „Puck" din Cluj.

După un an petrecut aici, a urmat un drum sinuos, mai întâi la Teatrul Naţional din Cluj, apoi la Teatrul de Nord din Satu Mare, la Teatrul Naţional din Timişoara (din 1999), şi chiar la Teatrul Maghiar de Stat „Csicky Gergely", actorul cunoscând, graţie originii sale mixte, româno-maghiare, la perfecţie limba maghiară.

Din 2001 face parte din trupa Teatrului Odeon şi tot de atunci a început să cocheteze cu televiziunea, mai întâi prin prezenţa în reclame şi spoturi publicitare, apoi ca prezentator la diferite emisiuni de divertisment la TVR 1 şi ProTV. A cucerit Marele Premiu la Gala Tânărului Actor de la Costineşti, în 1998 şi 1999 şi a evoluat şi în filme de lung metraj, precum „Amen" (2002), în care, deşi este un actor de comedie prin excelenţă, a interpretat în mod remarcabil rolul unui dur ofiţer nazist.

Din 2004 a făcut cunoştinţă cu lumea telenovelelor, evoluând în producţii precum „Numai iubirea", „Păcatele Evei", „Aniela", dar şi în seriale de comedie ca „Las Fierbinţi". Este un familist convins, având trei fetiţe cu soţia sa, Anca Bartoş. Alura sa tonică, jovialitatea, umorul şi inventivitatea sa remarcabilă au făcut din el o personalitate deosebit de îndrăgită pentru publicul de pretutindeni, prezenţa lui pe afişul oricărui spectacol sau oricărei emisiuni fiind o garanţie a succesului.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Colţul cu litere

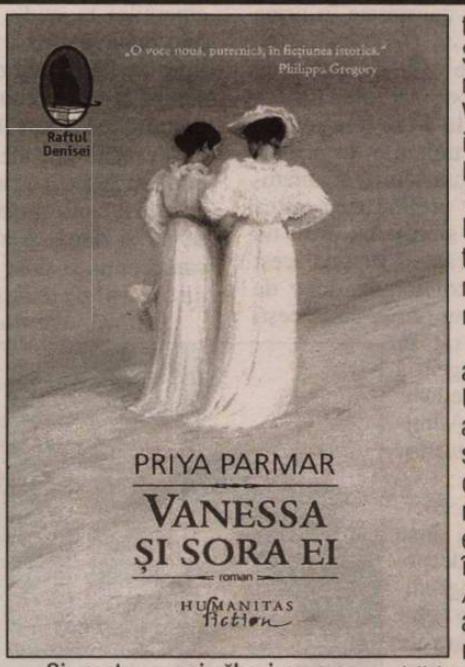
V, de la Vanessa şi Virginia

De curând, editura Humanitas Fiction a lansat în colecţia Raftul Denisei romanul *Vanessa şi sora ei* scris de Priya Parmar, un adevărat bestseller la adiţia din acest an al Bookfest. Romanul încearcă să surprindă amănuntele spectaculoase ale relaţiei tumultuoase care a existat la un moment dat între pictoriţa Vanessa Bell, mai puţin cunoscută publicului larg, cu sora sa, faimoasa scriitoare Virginia Woolf.

Concepută în stilul epistolar, sub forma unor consemnări din jurnalul său intim, în care îşi notează inclusiv observaţii legate de propria pictură, de lecturile sale, de discuţiile intelectuale pe care le avea, dar şi de experienţa maternităţii, cartea scoate în evidenţă o serie de portrete ale membrilor Grupului Bloomsbury, din care făcea parte şi Virginia Woolf, foarte bine documentate şi extrem de vii. Imediat după publicare, romanul *Vanessa si sora ei* a intrat imediat în topurile de vânzări americane şi a fost inclus pe listele celor mai bune titluri ale anului 2015. Ediţia în limba română a aparut într-o traducere semnata de Irina Horea si Antoaneta Ralian. Pe scurt, cam despre ce ar fi vorba?

„Londra, 1905. După moartea părinţilor, surorile Stephen, Vanessa şi Virginia, împreună cu fraţii mai tineri, Thoby şi Adrian, se mută într-o casă din avangardistul cartier Bloomsbury. În jurul lor se va forma un cerc de artişti şi scriitori remarcabili, tineri boemi, nonconformişti, care vor intra în legendă sub numele de Grupul Bloomsbury. Dar totul se schimbă când Vanessa se îndrăgosteşte pe neaşteptate, moment în care Virginia se simte abandonată. Posesivă până la obsesie, carismatică şi manipulatoare, de o inteligenţă excepţională, după cum reiese şi din numeroasele biografii, Virginia a trăit mereu înconjurată de atenţia şi afecţiunea surorii sale. În vreme ce tragedia şi trădarea ameninţă să le destrame familia, Vanessa trebuie să ia o decizie prin care să-şi protejeze propria ei fericire".

Despre roman, contează uneori ce spune şi un alt romancier. Paula McLain, autoarea bestsellerului Sotia din Paris, scrie: *„Vanessa şi sora ei e scris într-un ritm năvalnic, cu mult farmec şi vivacitate. Cartea ne invită să ne familiarizăm cu acel moment al istoriei când minţi strălucite s-au ciocnit şi din coliziunea aceasta au luat naştere forme noi în lumea artelor şi a literelor. Dar ceea ce vrăjeşte cititorul cu adevărat e relaţia dintre cele două surori, mereu într-un echilibru precar, provocând schimbări profunde, ireversibile, în sufletele lor".*



Şi, pentru a mai zăbovi asupra celebrului grup londonez de la începutul secolului al XX-lea, să spunem că printre cele mai notabile figuri au fost Virginia Woolf, John Maynard Keynes, E. M. Forster, scriitor britanic, şi Lytton Strackey, dintre care cea mai cunoscută figură este Virginia Woolf. Iată şi câteva informaţii bio-bibliografice legate de autoarea romanului *Vanessa şi sora ei:* Priya Parmar s-a născut în 1974, tatăl sau fiind indian, iar mama, americancă din California.

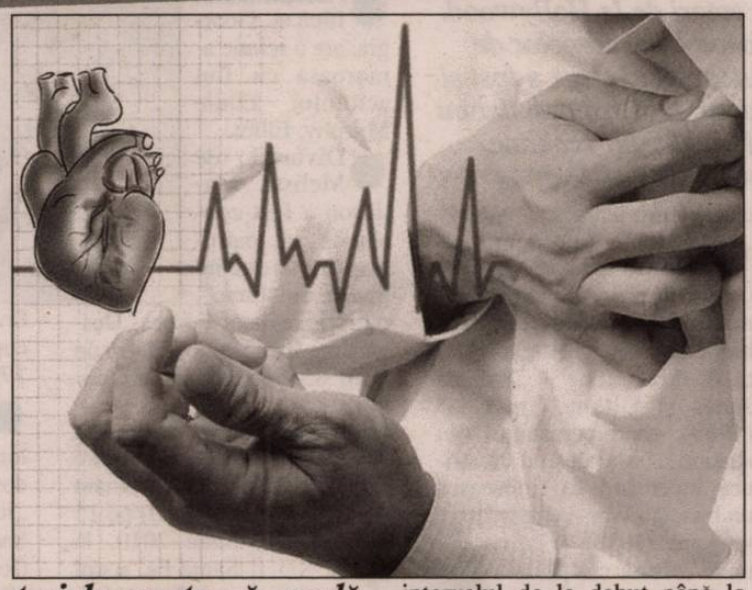
A absolvit colegiul SUA, apoi a mers pentru un an la Universitatea Oxford, pentru a se înscrie în final la Universitatea din Edinburgh, unde a obţinut un masterat şi, ulterior, un doctorat în literatură engleză şi teatru. A debutat în 2011 cu romanul *Exit the Actress,* despre Nell Gwyn, actriţa din perioada Restauraţiei şi amanta regelui Carol al II-lea al Angliei. A doua ei carte, *Vanessa şi sora ei* (Vanessa and Her Sister) a apărut în 2015. Priya Parmar trăieşte în Hawaii şi la Londra.

GEORGE CUŞNARENCU

INFARCTUL MIOCARDIC ACUT

şi primele reacţii

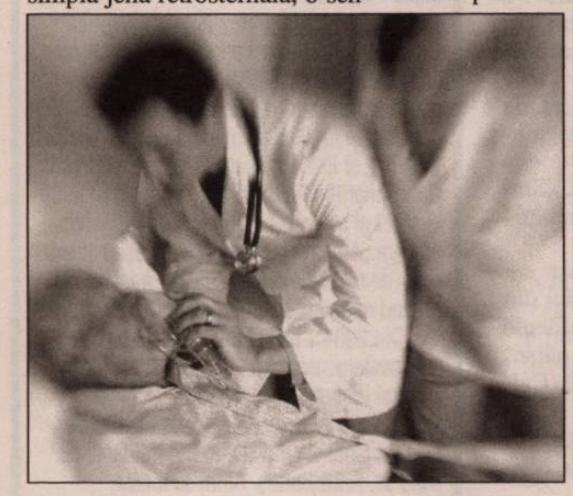
Infarctul miocardic acut este rezultatul necrozării ischemice a unei zone din miocard, produsă prin obliterarea unei ramuri coronariene; 90-95% din cazuri au drept cauză ateroscleroza coronariană. Factorii de risc ai acestei afecţiuni sunt sexul, vârsta, hipertensiunea arterială, diabetul zaharat, hiperglicemia, obezitatea, fumatul, stresul şi sedentarismul. Infarctul miocardic acut poate fi declanşat de un efort, de mese copioase, stres, infecţii acute ale tractului respirator şi de factori meteorologici.



Semnele clinice ale infarctului miocardic acut constau în durere retrosternală sau precordială. Caracterul durerii variază de la un pacient la altul şi este descris ca o senzaţie de strângere la nivelul pieptului, ca o gheară, ca o senzaţie de presiune sau ca un „corset" care împiedică respiraţia.

Uneori este percepută ca o simplă jenă retrosternală, o senzaţie de arsură sau ca o greutate suportabilă în piept. Durerea iradiază în umărul şi în braţul stâng, în regiunea cervicală sau în mandibulă.

Durerea mai poate fi localizată şi în afara toracelui în abdomen, în braţe, antebraţ, epigastru, coate, pumni şi poate, de asemenea, iradia în orice regiune a toracelui. Durata acestei dureri poate fi de la 30 de minute până la câteva ore, nu cedează la tratamentul cu nitriţi, apare de obicei în repaus şi determină agitaţia bolnavului. Durerea este însoţită de senzaţia de moarte iminentă, anxietate extremă, greaţă şi vărsături, distensie abdominală şi, mai rar, diaree.



Valoarea tensiunii arteriale poate să scadă imediat sau după câteva ore, precedată de o uşoară creştere a acesteia. Scăderea durerii creşte pericolul şocului cardiogen, fiind necesară monitorizarea în permanenţă a acesteia, deoarece este un element capital pentru diagnostic şi pentru prognostic şi tratament.

Febra este absentă la început, dar apare la 12–24 de ore de la debut. Alte semne care trebuie să ne alarmeze pot fi: paloare, tegumente reci şi umede, puls rapid filiform, oligurie gravă.

Primul ajutor. Mortalitatea cea mai crescută apare în intervalul de la debut până la spitalizare şi de aceea este foarte important să ştim cum trebuie intervenit în astfel de cazuri. În primul rând, bolnavul se aşază în decubit dorsal şi se interzice efectuarea oricărei mişcări, împreună cu tratament de psihoterapie.

Se calmează durerea doar la indicaţia medicului, se urmăreşte tensiunea arterială, pulsul şi se transportă bolnavul de urgenţă la spital, obligatoriu pe targă. Transportul de urgenţă la unităţile spitaliceşti este recomandat să se facă cu autospeciale dotate cu aparatură de monitorizare, defibrilare şi reanimare, în vederea reducerii mortalităţii.

Doza cu energie negativă

Deşi aceasta s-a susţinut multă vreme, totuşi efectele cu potenţial nociv ale consumului de ***băuturi energizante*** nu ar fi cauzate de cofeină. Consumul a 900 de grame de băuturi energizante este asociat cu posibile modificări nocive ale tensiunii şi ale pulsului care le depăşesc pe cele constatate în urma aportului de cofeină.

Pe piaţă există peste 500 de tipuri de băuturi energizante, iar popularitatea lor din ce în ce mai mare a dus la o creştere semnificativă a pacienţilor la unităţile de primiri urgenţe ale spitalelor. Producătorii şi amatorii de astfel de produse pretind că acestea sunt la fel de sigure ca şi cofeina, însă nu există suficiente dovezi care să susţină acest lucru. Un consum de cofeină în doze de până la 400 de miligrame (circa cinci cesti cu cafea) este considerat în general sigur de către Agenţia pentru Alimente şi Medicamente (Food and Drug Administration – FDA) a Statelor Unite.

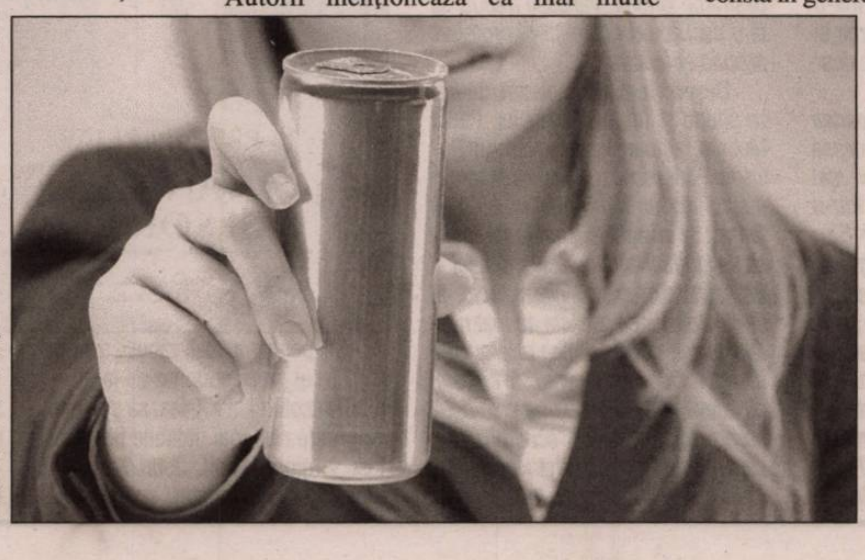
În general, băuturile energizante conţin cofeină, însă puţine lucruri se cunosc despre siguranţa unora dintre ingredientele asociate, notează o echipă de oameni de ştiinţă într-un studiu publicat în „Journal of the American Heart Association". Pentru a observa ce efecte au aceste substanţe, cercetătorii au comparat schimbările la nivelul corpului a 18 persoane sănătoase după ce au consumat o băutură energizantă obişnuită – cu 320 mg de cofeină (cantitatea din circa patru cesti cu cafea), 113 grame zahăr, mai multe vitamine B şi o combinaţie de taurină şi alte ingrediente – şi o alta având aceeaşi cantitate de cofeină, dar fără celelalte ingrediente.

Cercetătorii au măsurat tensiunea participanţilor la studiu şi au utilizat electrocardiograma pentru a evalua activitatea inimii timp de 24 de ore după ce subiecţii au consumat aceste băuturi. O modificare numită prelungirea intervalului QT, uneori asociată cu dezechilibre ale ritmului cardiac ce pot pune în pericol viaţa, a fost observată după ce a fost consumată băutura energizantă, însă nu şi după ce subiecţii au băut lichidul care conţinea doar cofeină, notează echipa de oameni de ştiinţă.

Autorii menţionează că mai multe substanţe au fost retrase de pe piaţă deoarece determinau schimbări de magnitudine similară. Tensiunea arterială a crescut cu aproape cinci puncte după consumul băuturii energizante şi doar cu un punct după ce subiecţii au băut lichidul care conţinea doar cofeină. De asemenea, tensiunea s-a menţinut la nivel ridicat şase ore mai târziu.

Aceste modificări nu sunt îngrijorătoare pentru persoanele sănătoase, susţin cercetătorii, însă pacienţii care suferă de anumite boli ar trebui să fie prevăzători atunci când consumă băuturi energizante.

Studii de mai mare amploare sunt necesare pentru a se evalua siguranţa celorlalte ingrediente prezente în băuturile energizante pe lângă cofeină. Băuturile energizante conţin de asemenea o „combinaţie energizantă" care constă în general din stimulenţi şi alţi aditivi.



Unele dintre aceste ingrediente (inclusiv taurina şi guarana) ***nu au fost aprobate de FDA ca fiind sigure în alimentaţie*** şi puţine studii au testat efectele consumului de cofeină asociat cu aceste ingrediente noi.

Pe lângă acest lucru, băuturile energizante sunt intens promovate în rândul băieţilor adolescenţi, încurajând comportamentul riscant, inclusiv consumul rapid şi excesiv. Ca urmare, vizitele tinerilor la camerele de gardă, asociate consumului de băuturi energizante, sunt în creştere.

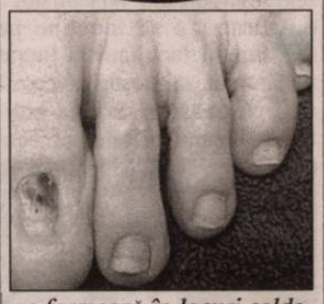
PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Deşi expuse permanent unei multitudini de solicitări şi agresiuni, unghiile nu suferă prea des de probleme referitoare la sănătatea lor. Totuşi, în anumite contexte şi ele ne pot face necazuri, în special din cauza unor micoze sau a exfolierii şi întăririi lor nenaturale. În asemenea situaţii nu e tocmai simplu şi nici comod să se trateze şi să se vindece afecţiunile unghiilor. Din fericire există un produs recomandat de medici pentru tratarea unghiilor deteriorate, prezent şi în farmaciile din România. Vorbim despre un produs inovator cu filmogel, care utilizează o tehnologie nouă. Produsul este eficient în tratarea aftelor, crăpăturilor şi unghiilor deteriorate.

Un adult din zece are o problemă cu unghiile deteriorate, cauzate de probleme comune (impactul detergenţilor, bacteriile care

Tratarea unghiilor deteriorate



se formează în locuri calde şi umede cum sunt băile, vestiarele, piscinele sau încălţămintea). Totuşi, prea puţine persoane întreprind ceva în acest sens, mai degrabă sperând că problemele vor dispărea spontan, însă ceea ce începe ca o problemă estetică se poate dezvolta într-o afecţiune gravă şi dureroasă.

Produsul inovator cu filmogel se numeşte „Urgo – unghii deteriorate" şi conţine un polimer natural care permite pătrunderea sa chiar în structura de cheratină a unghiei, uscându-se după doar câteva secunde de la aplicare. Practic, acesta acoperă unghia cu un film protector, în fapt, o peliculă solubilă în apă. Soluţia se poate înlătura uşor, nefiind necesară exfolierea sau îndepărtarea cu un solvent chimic (ambele acţiuni dăunând structurii unghiei). Produsele pe bază de filmogel nu sunt considerate medicamente, ci dispozitive medicale, pentru care nu este necesară o prescripţie medicală.

Constelația Ayurveda

Leacul din grădină

Ayurveda este medicina indiană tradițională, veche de peste 4.000 de ani. Ca oricare dintre practicile medicale orientale, ea se bazează în primul rând pe tratamente cu plante și extracte din acestea, dar principiile aflate la baza procedurilor sunt inspirate din relația indestructibilă dintre toate părțile corpului uman, pe de o parte și dintre organismul uman și lumea înconjurătoare, până la dimensiuni cosmice, pe de altă parte.

Busuiocul în medicina ayurvedică

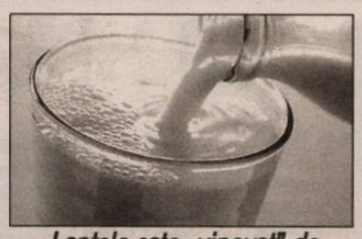
Busuiocul, cunoscut și sub denumirea de „busuioc dulce" (sau „tulsi", în India) este frecvent utilizat în medicina ayurvedică. Busuiocul este o specie erbacee originară din Asia, dar crește în prezent și în Europa, Africa de Nord și Insulele Seychelles.

Esența busuiocului este de culoare deschisă, galben-verzuie și conține linalol, care este prezent în uleiurile de bergamotă și lavandă. Are un miros foarte plăcut, răcoritor, care seamănă cu cel al unui amestec de cimbru, mentă și lemn-dulce. Gustul e dulceag-pătrunzător și slab-amărui. El dă o nuanță dulceagă, verzuie amestecurilor și se combină bine cu uleiurile de geranium, isop sau bergamotă. Numele de „basilicum" vine de la grecescul „basilicon", care înseamnă unguent sau remediu regal. Sucul din frunze împreună cu mierea se folosește pentru preparate medicinale. În unele forme de afecțiuni cutanate, cum ar fi pruritul, micoza și intoxicația, sucul se aplică extern pe zona afectată, dar se administrează și intern.

Recomandări. Busuiocul se aseamănă cu menta în multe privințe. Mirosul său este la fel de pătrunzător precum cel al mentei, dar mai cald. Ambele plante sunt bune în leșinuri, indigestie, stări de vomă etc. De asemenea, ele au proprietăți cald/rece similare. Asemănarea busuiocului cu menta și proprietățile lui pătrunzătoare îl recomandă în congestia sinusurilor. Este un bun antiseptic, expectorant, antispasmotic și poate fi utilizat în astm, bronșită, emfizem pulmonar. În cazuri acute se asociază cu expectorante ușoare. Se recomandă în răceli cronice și gripă în combinații cu alte arome calitativ fierbinți.

Uleiul de busuioc este un tonic nervos aromatic excelent, poate chiar cel mai bun. El limpezește capul, înlătură oboseala intelectuală și dă minții claritate și forță. Busuiocul poate fi folosit în toate tipurile de afecțiuni nervoase, în special în cele asociate cu slăbiciune, indecizie sau isterie. Este unul dintre cele mai plăcute uleiuri din speciile de Labiatae și are valoare terapeutică mare în nervozitate, depresie și anxietate. Busuiocul s-a dovedit și un bun insectifug, în special pentru țânțari, și este folosit cu succes pentru a trata înțepăturile și mușcăturile de insecte, șerpi și scorpioni. Uleiul de busuioc nu se recomandă în timpul sarcinii.

Proprietăți: antidepresiv, antiseptic, expectorant, febrifug, tonic, tonic nervos, sudorific și digestiv.



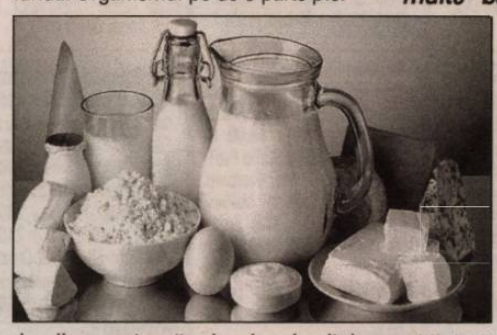
Laptele este „vinovat" de producerea alergiilor, deoarece în procesul de digerare a acestuia se pun în libertate 100 de alergeni. Mulți dintre cei care suferă de afecțiuni legate de funcționarea sistemului imunitar (astmul, artrita reumatoidă etc.), se simt mai bine când nu mai consumă lapte. La aceasta se adaugă consumul mare de proteine. De asemenea, trebuie menționat că, de regulă, mai exact în mod natural niciun mamifer nu consumă laptele altei specii, iar odată înțărcat, nu mai bea lapte.

Alergiile și laptele

Laptele oricărui animal este cu adevărat sănătos numai pentru puii lui. Cazeina din laptele de vacă se precipită în grunji mari, care formează un coagul dens, greu penetrabil de către sucul gastric. Cazeina din laptele de femeie coagulează în flocoane mici, care, neavând tendința de a se uni într-o masă compactă, alcătuiesc un coagul moale și afânat.

Raportul proteine/ lipide/glucide în laptele matern corespunde raportului mediu care se găsește în legume și fructe. Mustul de struguri este numit „lapte vegetal", fiind la fel de bogat în substanțe nutritive ca și laptele matern. Hormonii din laptele de vacă sunt vehicule ce transmit hipofizei vițelului informații specifice acestei specii. Informația de creștere și dezvoltare se adresează vițelului, care la 6 luni atinge 300 kg. La copilul alimentat cu lapte de vacă, care la aceeași vârstă atinge doar 7-8 kg, se perturbă mecanismele sistemului hormonal și apar dereglări de natură fiziologică: irascibilitate, dureri de abdomen și de cap, diaree, gaze. Organismul uman se adaptează la această situație, dar suferă dereglări ale altor funcții, întinse pe toată viața, sau chiar în viețile descendenților. Pericolul nu-l poartă cantitatea de produse lactate absorbite, ci informația pe care o transmit. De altfel, la înțărcarea bebelușilor, se constată reacții negative, iar una dintre ele este colita.

Proteinele laptelui animal (matricea care se impregnează cu săruri minerale) nu răspund constituției umane, având o cantitate foarte mică de oseină. Urmarea este că organismul va reține denaturat mineralele, antrenând o demineralizare profundă. Organismul pe de o parte pierde din aceste săruri prin circuitul sangvin, datorită lipsei oseinei, iar, pe de altă parte, acumulează aceleași săruri (ce se găsesc din belșug în laptele de vacă) și le depune în părțile tisulare și organice din corp, ceea ce determină rigidizarea vaselor, arterelor și țesuturilor. Acestea duc la chisturi, calculi și „ciocuri de papagal". De aceea, se recomandă înlocuirea laptelui de vacă cu lapte de capră sau lapte vegetal (lapte din germeni de cereale sau cereale înmuiate 12 ore și fierte – cu condimente ca scorțișoară, busuioc, salvie, anason, cimbru, sare etc. plus tinctură de propolis). Germenii de cereale (soia, grâu, orz, ovăz, hrișcă, mei), cam 100 g, se dau prin mașina de tocat, de 2-3 ori, se adaugă 1 linguriță tinctură de propolis, condimente, 1 litru apă caldă (după preferință), se strecoară, se îndulcește cu 20-40 g miere. Se poate combina cu sucuri. Laptele din tărâțe de cereale conține multă vitamina B. Puneți 50 g tărâțe în săculeț de tifon și introduceți-l în apă caldă (40°). Frământați-l în mână 10 min. Strecurați lichidul în alt vas. În primul vas, puneți 500 ml apă caldă și frământați iarăși săculețul de tărâțe 10 min. Stoarceți și acest lichid și amestecați-l cu primul. Aromatizați-l și îndulciți-l după gust.



Laptele bătut conține mai multe bacterii lactice necesare pentru menținerea unei flore bacteriene normale în intestin. Prin fermentare, o parte din lactoză (zahărul din lapte) se transformă în acid lactic (gust acru). Datorită mediului acid generat de acidul lactic, proteinele nu pot putrezi, întrucât bacteriile de putrefacție nu se pot dezvolta în mediul acid. Este mai ușor digerabil decât laptele crud (conține Lactobacilus acidophilus; acest acid lactic împiedică dezvoltarea bacteriilor de putrefacție în intestinul gros). Iaurtul preparat biologic, în casă, este mai dulce și mai sănătos decât cel din comerț. Iaurtul este acid, dar este digerabil, asimilabil și reface flora intestinală. S-a constatat că iaurtul ar deranja, la consum îndelungat, dezvoltarea florei intestinale. Zerul conține acid orotic (vitamina B13), care s-a dovedit de valoare în tratatarea sclerozei multiple. Este un motiv serios pentru care se recomandă ca atunci când se prepară brânza de vaci, zerul să nu fie aruncat.

Remedii naturale

VIȘINELE
previn bolile cardiovasculare

Vișinele reduc nivelul colesterolului și al zahărului din sânge, arată un studiu efectuat la Universitatea Michigan (SUA).

Datorită acestei calități putem să consumăm până la 1 kg de vișine zilnic. Studiul a arătat că vișinele reduc nivelul colesterolului și al trigliceridelor, prevenind în acest fel bolile cardiovasculare. Aceste fructe sunt recomandate cu precădere celor care au o dietă bogată în grăsimi de origine animală. Rezultatele experimentelor efectuate au demonstrat, de asemenea, că vișinele previn apariția diabetului. Aceste proprietăți se datorează pe de o parte fibrelor alimentare din categoria pectinelor conținute de fructele respective, iar pe de altă parte, antocianidinelor (substanțe cu proprietăți antioxidante).

Pectinele sunt cele mai active fibre alimentare în absorbția colesterolului și scăderea glicemiei. Antocianidinele sunt pigmenții responsabili pentru culoarea roșie

a vișinelor. Ele împiedică depunerile de colesterol pe vasele sangvine și formarea cheagurilor de sânge în artere. De asemenea, antocianidinele întăresc pereții vaselor sangvine, îmbunătățesc ritmul cardiac și previn creșterea tensiunii arteriale.

„Apropiate de cireșe în ceea ce privește proprietățile terapeutice, vișinele determină o mai mare aciditate a sucului gastric. Acestea conțin substanțe anticoagulante, fiind recomandate celor care suferă de ateroscleroză, pentru prevenirea complicațiilor afecțiunii respective. Datorită substanțelor anticoagulante, vișinele le sunt recomandate și persoanelor cu probleme ale sistemului venos, de pildă cu varice. De asemenea, vișinele sunt excelente surse de vitamine: B1, B2, B3, B6, B9, C și E, dar și minerale: calciu, potasiu, fosfor", arată prof. dr. Gheorghe Mencinicopschi, directorul Institutului de Cercetări Alimentare. Vișinele sunt de neînlocuit și în curele de slăbire. Aceste fructe conțin 85%-90% apă și numai 30 de calorii/100 g. Conținutul ridicat de apă și fibrele alimentare favorizează eliminarea toxinelor. Studiul efectuat la Universitatea Michigan arată că persoanele care mănâncă în jur de un kilogram de vișine zilnic împiedică depunerea grăsimilor inestetice în jurul taliei.

Muzica îmbunătățește performanțele sportive

O cercetare realizată la Universitatea Gand arată că accelerările, fie ele și slabe, ale tempourilor muzicale pot mări cadența unui alergător (atlet). De altfel, și alte universități în care s-a studiat tempoul muzical și efectul său asupra performanțelor sportive au ajuns la aceeași concluzie.

În vederea efectuării studiului de la Gand, alergători amatori au fost invitați să alerge ascultând o muzică aleasă de ei. Pe parcursul primului tur, ritmul cursei a fost măsurat fără muzică, iar la turul următor, cu muzică. Pe ultimele două tururi cadența muzicii a fost diminuată sau crescută succesiv.

Este o mare diferență între ritmul lent și cel rapid. Din experimentul sus-menționat reiese faptul că în mod curent cadența alergătorilor este influențată în mod semnificativ de schimbările, uneori foarte greu perceptibile, ale ritmului muzicii: un ritm lent diminuează cadența, în timp ce pe un ritm mai susținut numărul pașilor pe minut se va mări. În afara ritmului, și alți parametri muzicali pot influența performanțele. Totodată, cercetătorii au mai descoperit că energia muzicii, precum și caracteristici specifice referitoare la tonalitate pot stimula mersul și alergarea.

Intensitatea efortului este totuși de mare importanță, câtă vreme influența muzicii în general diminuează atunci când intensitatea efortului crește. Când intensitatea efortului crește și stimulii fiziologici sunt prea puternici, atenția alergătorului (atletului) se deplasează către altă direcție și muzica are mai puțin efect asupra lui.

În primul rând, studiul trimite la efectul muzicii asupra performanțelor sportive ale amatorilor, dar totodată el aduce și importante informații asupra efectului acestui tandem sport/muzică asupra sănătății celor care practică anumite sporturi și în primul rând alergarea ocazională sau – mai puțin – de performanță.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

LUNI – 17 iulie

TVR 1

7.00 1 Matinal 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Descălecați în Carpați (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Doc.: „Secrete de război" 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Izolați în România 23.00 Ora de știri 0.00 România 9 (r) 1.30 Documentar (r) 2.50 Pulsul zilei (r) 4.40 Profesioniștii (r) 5.30 Doc.: „Secrete de război" (r).

PRO TV

6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Commando" (SUA, 1985). Cu: Arnold Schwarzenegger 23.30 Știrile ProTv 23.45 Film: „Arma secretă" (coprod., 2002). Cu: Mariel Hemingway, Doug Savant 1.30-5.00 Reluări.

PRIMA TV

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Reality Show: Temptation Island – Insula iubirii 23.30 Xtra Night Show 1.00 Serial: „Lege și ordine: Brigada specială" 2.00 Observator (r) 3.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

6.45 Teleshopping 7.15 Focus 18 (r) 8.45 Trăsniții în NATO 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Focus Magazin 13.00 Camera de râs Pop Kids 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Miss Litoral" (România, 1990) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Apel de urgență 21.30 Dosarele DNA 22.30 Trăsniții 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

acasa

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Senora" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Film: „Amazoanele: lupta pentru fericire" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc". Cu: Acelya Topaloglu 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 23.45 Serial: „Iubire și onoare" 0.45-4.15 Reluări.

TVR 2

7.00 Documentar 360º – GEO (r) 8.00 Aventura urbană (r) 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 Gala umorului (r) 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyeo" 19.00 Telejurnal 20.00 Serial: „Toate pânzele sus" 21.10 Teatrul Național de Televiziune: „Căsătorie cu de-a sila" JBP Moliere 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 23.50-5.25 Reluări.

PRO CINEMA

5.00 La Măruță (r) 7.00 Film: „Jocurile seducției" (r) 9.00 Serial: „La bloc" (r) 11.30 Film (r) 13.45 Film: „Povestea unui cavaler" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Safari" (SUA, 1956) 20.30 Film: „Profilul perfect" (SUA, 2013). Cu: Justin Long, Keir O'Donnell 22.30 Film: „Șobolanii" (SUA, 2002) 0.30 Film: „Miami Vice" (r) 3.00 Cine A.M.

MARȚI – 18 iulie

7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Izolați în România (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Doc.: „Secrete de război" 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 #Creativ 23.00 Ora de știri 0.00 România 9 (r) 1.30 Izolați în România (r) 2.00 Telejurnal (r) 2.50 Pulsul zilei (r) 4.40 Oameni ca noi (r) 5.30 Doc.: „Secrete de război" (r).

6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.00 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Iceman – ultimul meci" (SUA, 2006). Cu: Michael Jai White, Scott Adkins 23.30 Știrile ProTv 23.45 Film: „Adâncul Albastru 2: Reciful" (SUA, 2009) 1.30-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 iUmor 23.00 Xtra Night Show 1.00 Serial: „Lege și ordine: Brigada specială" 2.00 Observator (r) 3.00 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Secrete de stil (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Ursul" (România, 2011) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „Martor ocular" (SUA, 2017). Cu: Lindy Booth, Craig Olejnik 22.30 Trăsniții 23.15 Focus din inima României 23.45 Cronica Cârcotașilor 1.30-6.00 Reluări.

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc ostei" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-4.15 Reluări.

7.00 Documentar 360º – GEO (r) 8.00 Aventura urbană 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 Natură și aventură (r) 17.10 Cap Compas (r) 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyeo" 19.00 Telejurnal 20.00 Serial: „Toate pânzele sus" 21.00 Destine ca-n filme 22.00 D'ale lu' Mitică (r) 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 23.50-5.25 Reluări.

6.00 Serial: „La bloc" (r) 6.30 Film (r) 8.45 Ce spun românii (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film: „Safari" (r) 14.15 Film: „Omul Păianjen" (r) 16.45 Serial: „La bloc" 19.00 Film: „Lacul lebedelor 3" (SUA, 1998) 20.30 Film: „Somnambul" (coprod., 2007). Charlize Theron, Nick Stahl 22.30 Film: „Comedia parodiei" (SUA, 2010) 0.15 Film: „Somnambul" (r) 2.15 Cine A.M.

MIERCURI – 19 iulie

7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Eu, consumatorul (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Conviețuiri 17.00 Telejurnal 17.30 Doc.: „Secrete de război" 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Banii tăi 23.00 Ora de știri 0.00 România 9 (r) 1.30 Zon@ (r) 2.50 Pulsul zilei (r) 4.40 Memorialul Durerii (r) 5.30 Doc.: „Secrete de război" (r).

6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Inamicul statului" (SUA, 1998). Cu: Will Smith, Gene Hackman 0.15 Știrile ProTv 0.45 Film: „Misionarul războinic" (SUA, 2011). Cu: Gerard Butler, Michelle Monaghan 3.00-5.00 Reluări.

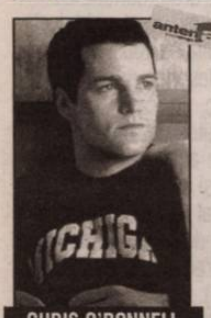
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Mun-teanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 iUmor 23.00 Xtra Night Show 1.00 Serial: „Lege și ordine: Brigada specială" 2.00 Observator (r) 3.00 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Casa construcție și design (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „De ce are vulpea coadă?" (România 1988) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „Urmărit de trecut" (SUA, 2011). Cu: Bruce Dern 22.30 Trăsniții 23.45 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30 Nunți de poveste 2.30-6.00 Reluări.

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-4.15 Reluări.

7.00 Documentar 360º – GEO 8.00 Aventura urbană 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 Destine ca-n filme (r) 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nye" 19.00 Telejurnal 20.00 Câștigă România! 20.00 Serial: „Toate pânzele sus" 21.10 Telecinemateca: „Frații Karamazov" (URSS, 1969) 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 23.50-5.25 Reluări.

6.00 Serial (r) 6.30 Film: „Naiv în dragoste" (India, 2014) 9.00 Ce spun românii (r) 10.15 Serial: „La bloc" (r) 12.30 Film: „Lacul lebedelor 3" (r) 14.00 Film: „Safari" (SUA, 1956) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Tobă de rock" (SUA, 2008). Cu: Christina Applegate 20.30 Film: „Miracolul de la Sf. Anna" (coprod., 2008) 23.45 Film: „Destine la răscruce" (coprod., 2007) 1.45 Film: „Miracolul de la Sf. Anna" (r) 4.15 Cine A.M.



CHRIS O'DONNELL
– joi, 1.00 –

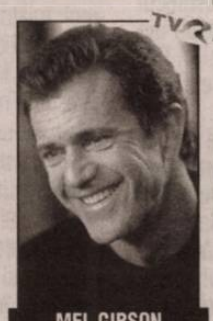
CHARLIZE THERON
– marți, 20.30 –

NICOLAS CAGE
– sâmbătă, 22.10 –

RACHEL WEISZ
– duminică, 21.30 –

BRUCE DERN
– joi, 20.30 –

CHRISTINA APPLEGATE
– miercuri, 18.15 –



MEL GIBSON
– vineri, 20.10 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 20 iulie

7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Banii tăi (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Akzente 17.00 Telejurnal 17.30 Lozul cel mare 18.00 M.A.I. aproape de tine 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Drum bun! 23.00 Ora de știri 23.55-5.30 Reluări.

6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Acasa la Coana Mare" (SUA, 2006). Cu: Martin Lawrence, Emily Procter 23.30 Știrile ProTv 23.45 Film: „Misiune de Craciun" (coprod., 2004). Cu: Eddie Griffin, Vinnie Jones 1.30-5.00 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mi-rela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la muncă 23.30 Xtra Night Show 1.00 Film: „Camera morții" (SUA, 1996). Cu: Chris O'Donnell 3.00 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Cu lumea-n cap (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Șantaj" (România, 1981) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „În ape tulburi" (SUA, 2000). Cu: James Coburn 22.30 Trăsniții 23.15 Focus din inima României 23.45 Focus Magazin 0.30-6.00 Reluări.

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-4.15 Reluări.

7.00 Documentar 360º – GEO (r) 8.00 Aventura urbană 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 D'ale lu' Mitică (r) 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyeo" 19.00 Telejurnal 20.00 Serial: „Toate pânzele sus" 21.10 Film: „Prințul Valiant" (M. Britanie, 1997). Cu: Katherine Heigl, Stephen Moyer 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 23.50-5.25 Reluări.

5.00 La Măruță (r) 7.00 Film (r) 9.00 Ce spun românii (r) 10.15 Serial: „La bloc" (r) 12.30 Film: „Naiv în dragoste" (r) 15.00 Film: „Lacul lebedelor 3" (r) 16.30 Serial: „La bloc" 18.45 Film: „Mary și Rhoda" (SUA, 2000) 20.30 Film: „Furia" (coprod., 2014). Cu: Nicolas Cage 22.30 Film: „Camarazii" (SUA, 1988). Cu: Todd Allen, Charles Grant 0.30 Film: „Furia" (r) 2.30 Cine A.M.

VINERI – 21 iulie

7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Drum bun! (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Fără etichetă 16.05 EURO polis 17.00 Telejurnal 17.30 Cooltura 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 Doc.: „Prețul ucigător al știrilor" 22.00 Descălecați în Carpați 22.30 Eu, consumatorul 23.00 Ora de știri 0.00 Profesioniștii (r) 1.00 Politică și delicatețuri cu Mircea Dinescu (r) 2.50 Pulsul zilei (r) 4.10 Tezaur folcloric (r) 5.00 Documentar (r) 5.55 Eu, consumatorul (r).

6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Film: „Demon pe două roți" (coprod., 2007). Cu: Matt Long, Raquel Alessi, Brett Cullen 22.45 Film: „Ruslan" (coprod., 2009). Cu: Steven Seagal, Mike Dopud 0.45-4.15 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la muncă 23.30 Film: „Fiica rătăcitoare" (SUA, 2006). Cu: Alec Baldwin, Nikki Reed 3.15 Acces direct (r).

6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Chef Dezbrăcatu' (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Un surâs în plină vară" (România, 1963) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „Urmărit de trecut" (SUA, 2011). Cu: Bruce Dern 22.30 Trăsniții 23.15 Focus din inima României 23.45 Cronica Cârcotașilor 1.30-5.45 Reluări.

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 23.30 Serial: „Iubire și onoare" 0.30-4.15 Reluări.

7.00 Documentar 360º – GEO (r) 8.00 Aventura urbană 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360º – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Ieri-Azi-Mâine 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyeo" 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Ce-și doresc femeile" (SUA, 2000). Cu: Mel Gibson, Helen Hunt 22.20 Gala umorului 23.10 Serial: „CSI: Crime și investigații" 0.10 -6.00 Reluări.

6.15 Film (r) 8.45 Ce spun românii (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film (r) 14.00 Film: „Tobă de rock" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Turbo Power Rangers: Filmul" (coprod., 1997) 20.30 Film: „Între două lumi" (coprod., 2012). Cu: Jim Sturgess, Kirsten Dunst 22.45 Film: „Condamnați la cină" (Canada, 2010) 0.45 Film (r) 2.30 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 22 iulie

7.00 Vreau să fiu sănătos! (r) 8.00 Doc.: „Vestigii și patrimoniu" 8.30 Descălecați în Carpați (r) 9.00 Oameni ca noi (r) 9.30 M.A.I. aproape de tine (r) 10.00 Zon@ 11.00 Cooltura (r) 12.10 Muzici și tradiții în Cișmigiu (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Adevăruri despre trecut (r) 15.00 Ora regelui (r) 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Lumea azi 17.30 La un pas de Romania 18.00 Exclusiv în România (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Dosar România 22.00 Profesioniștii 23.00 Recurs la morală 0.00-5.35 Reluări.

6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Știrile ProTv 10.00 Film: „Jurnalul unui puști: Căldură mare" (SUA, 2012) 12.00 Ce spun romanii (r) 13.00 Film: „Povestea unui cavaler" (SUA, 2001) 16.15 Film: „Ultima cruciadă a lui Indiana Jones" (SUA, 1989) 19.00 Știrile ProTv 20.30 Film: „Comoara națională" (SUA, 2004) 23.00 Film: „Miami Vice" (SUA, 2006). Cu: Jamie Foxx 1.30-4.30 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Film d.a.: „Crăiasa zăpezii" (Rusia, 2012) 10.30 Ham Talent 13.00 Observator 14.00 Film: „În cautarea lânii de aur" (SUA, 2000) 16.00 Observator 17.00 2K1 cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.00 Mr. Bean 20.30 Fantastic Show 23.00 Temptation Island – Insula iubirii (r) 2.00 Film: „În cautarea lânii de aur" (r) 4.00 Serial: „La birou".

6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniții (r) 8.45 Secrete de Stil 9.30 Teleshopping 10.00 Cetatea Rășnov 10.30 Mama mea gătește mai bine (r) 11.30 Cu lumea-n cap 12.00 Teleshopping 13.00 Focus 14.00 Mi-s băiatul de la țară 16.00 Film: „Jandarmul la plimbare" (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Super Cireașa de pe tort 22.00 Film: „În ape tulburi" (SUA, 2000). Cu: James Coburn, Blake Clark 0.30-5.00 Reluări.

5.15 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.15 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Senora" 20.00 Serial: „Amazoanele: lupta pentru fericire" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-3.30 Reluări.

7.00 5 minute de istorie 7.10 Serial (r) 8.00 Film d.a.: „Sid, micul savant" 9.00 Serial: „Lassie" (ep.1,2) 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 Serial: „Cireșarii" 12.00 Euromaxx 12.30 Pofticioși, la cratiță! 13.30 Film: „Hanni și Nanni" (Germania, 2011) 15.00 Gala umorului (r) 16.00 Gustul Moldovei 17.00 Euromaxx (r) 17.30 E vremea ta să vezi lumea... eventual de la înaltime! 18.00 Serial: „Legea lui Doyle" 19.00 Telejurnal 20.10 O dată-n viață. Best Of 22.10 Film: „Ochi de șarpe" (SUA 1998). Cu: Nicolas Cage, Gary Sinise 0.10-6.00 Reluări.

5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „Mary și Rhoda" (r) 9.30 Serial: „La bloc" (r) 11.45 Film (r) 14.00 Film: „Turbo Power Rangers: Filmul" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Nopți albe în Seattle" (SUA, 1993). Cu: Tom Hanks, Meg Ryan 20.30 Film: „Ronin" (SUA, 1998). Cu: Robert de Niro, Jean Reno 23.00 Film: „Viziuni macabre" (SUA, 1995) 1.15 Film: „Ronin" (r) 3.30 Cine A.M.

DUMINICĂ – 23 iulie

7.00 Teleenciclopedia (r) 8.10 Universul credinței (r) 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Ultima ediție 15.00 Politică și delicatețuri cu Mircea Dinescu (r) 16.00 Doc.: „Arheologia crimei" 17.00 Dosar România (r) 18.00 Lozul cel mare 18.30 Doc.: „Direcția: sud-vest!" 19.00 Poveste după poveste 20.00 Telejurnal 21.10 Muzici și tradiții în Cișmigiu 23.00-5.30 Reluări.

6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile ProTv 10.00 Film: „Povestea unui cavaler" (r) 12.00 Ce spun romanii (r) 13.30 Apropo Tv 14.30 Film: „Comoara națională" (r) 16.30 Film: „Omul Păianjen" (SUA, 2002). Cu: Tobey Maguire 19.00 Știrile ProTv 20.30 Film: „Transformers: 3" (SUA, 2011) 23.30 Film: „Fețe în multime" (coprod., 2011). Cu: Milla Jovovich, Julian McMahon 1.30-5.00 Reluări.

6.00 Observator 9.30 Mr. Bean 10.00 Te pui cu blondele? 13.00 Observator 14.00 Film: „Beethoven" (SUA, 1992). Cu: Bonnie Hunt 16.00 Observator 16.45 Fantastic Show (r) 19.00 Observator 20.00 Film d.a.: „Clopotica" (SUA, 2008) 21.30 Film: „Mumia" (SUA, 1999). Cu: Rachel Weisz 0.00 Film d.a.: „Clopotica" (r) 2.30 Film: „Mumia" (r) 4.00 Serial: „La birou".

6.45 Teleshopping 7.15 Trăsniții (r) 8.45 Casa: construcție și design 10.00 Film: „Un surâs în plină vară" (România, 1963) 12.00 Teleshopping 13.00 Focus 13.30 SuperCireașa de pe tort (r) 15.30 Chef Dezbrăcatu' 16.00 Film: „Sexy Harem Ada Kaleh" (România, 2001) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Schimb de mame 22.30 Film: „Părinți ideali" (SUA, 1994). Cu: Elijah Wood 0.30-4.30 Reluări.

5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.15 Serial: „Pasiune și putere" (r) 10.30 Serial: „Senora" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Amazoanele: lupta pentru fericire" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i-cine?" 17.00 Serial: „Pasiune și putere" 18.00 Serial: „Senora" 20.00 Serial: „Amazoanele: lupta pentru fericire" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-3.30 Reluări.

7.00 5 minute de istorie 7.10 Serial (r) 8.00 Film d.a.: „Sid, micul savant" 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură și aventură 11.00 Serial: „Cireșarii" 12.00 Doc.: „Azi despre mâine" 12.30 Pofticioși, la cratiță! 13.00 Natură și sănătate 13.40 Film: „Cercul magic" (România, 1975) 15.00 Euromaxx (r) 15.30 Duelul pianelor 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Serial: „Legea lui Doyle" 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Câinele japonez" (România, 2013) 22.10 Filmul de artă: „Să începă distracția!" (Franța, 1975) 0.15-5.00 Reluări.

5.45 Zdob și Zdub. Concert aniversar – „20 de veri" (r) 7.45 La Măruță (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Turbo Power Rangers: Filmul" (r) 14.00 Film: „Nopți albe în Seattle" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Dragoste atomică" (SUA, 1981) 20.30 Film: „Ultraviolet" (SUA, 2006). Cu: Milla Jovovich 22.15 Film: „Goana după sex" (SUA, 1997) 0.00 Film: „Un om periculos" (r) 1.45 Cine A.M.

CONEXIUNI

Integramă de **M. ALBU**

CORDOANE OMBILICALE / OAMENI DE AFACERI		BELETRISTIC / SINGUR ÎN CONCERT		CIFRA NULĂ / ÎNCEPUT DE NINSOARE		DESE! / CUTREMUR DE PĂMÂNT		ZEAMĂ DE BRÂNZĂ / CULOAREA CAFELEI		PASIONAT DE FILM / CUI FĂRĂ VÂRF	
RĂSUCIRE / SAPTE ÎNTR-O SĂPTĂMÂNĂ							ARBORE LA MAL / TAINA REBUSIȘTILOR				
				CIOBAN / A DA UN DOS DE PALMĂ					COADĂ DE ERETE! / PRINTRE		
TRUP / ÎNTREBARE DE CURIOS					GRĂMADA DE PAIE / ÎNFĂȚIȘARE					MAȘINĂ CU TURIȘTI	
		A SPOI VASELE / RĂSĂRIT						PARADIS / FOAIE DE SCRIS			
	SUPERSTIȚIE / NICIUN LUCRU					INEL BĂRBĂTESC / GIGANT DIN BASME					
			SOLUȚIE PENTRU DUȘ / UITE AICI!								UTILE LA CERNUT
INDIVID / TRASEU / INTRAREA ÎN EMISIE!									ROS DE AZOREL / PRINSE ÎN BALAMALE		
		ÎN ACEST LOC / ȘTEFANIA RAREȘ					VAS DE MĂMĂLIGĂ / CAP DE PLEVUȘCĂ				
ÎN LISTĂ! / PRIVIT LA CINEMA				SCAUN PLUȘAT							
					STOARCERE DE VLAGĂ						

Surori

Verificați-vă cunoștințele!

1. Ce se înțelege de obicei prin soră?
2. Ce înseamnă „soră" în ierarhia călugărească a mănăstirilor de femei?
3. Cine era în mitologia greacă sora zeului Apollon, fică a titanidei Leto și a lui Zeus?
4. Cum se numeau cele trei surori Bronte, toate scriitoare?
5. Cum se numea sora lui Napoleon Bonaparte căsătorită cu Camillo Borghese?
6. Cine a scris drama „Trei surori"?
7. Ce pictor francez (1819-1856) a realizat, în 1843, tabloul „Cele două surori"?

(1876-1957). 7) Filmul „Pasărea" a fost realizat în regia lui Clint Eastwood.

Răspunsurile din numărul trecut *1) Știința care se ocupă cu studiul păsărilor se numește ornitologie. 2) Pasărea miraculoasă din mitologia vedică se numește Garuda. 3) Păsările ucigașe cu ciocuri de aramă și aripi de bronz alungate de Herakles trăiau pe lacul Stymphalos. De aceea erau cunoscute și drept „păsările stymphaliene". 4) Romanul „Pasărea Spin" a fost scris de scriitoarea australiancă Margaretta Coleen McCullough. 5) Muzica operetei „Vânzătorul de păsări" aparține compozitorului austriac Karl Zeller (1842-1898). 6) Lucrarea „Pasărea măiastră" poartă semnătura lui Constantin Brâncuși*

Poșta cititorilor Pentru întrebările la tema „Infernul" am primit răspunsuri corecte pentru toate cele 7 întrebări de la următorii cititori: *Florentina Gorea,* Topliță; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Sabina Ioan,* Arad; *Simona Ștefănescu,* Ploiești; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcâianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Ing. Mihai Waspusch,* București.

✉ ***CORINA SIMION, Sibiu.*** Desigur că „Infernul" lui Dante era prima operă literară care ne venea în minte la tema respectivă dar neam referit la ea și cu alte ocazii și nu dorim să ne repetăm prea des. Ni s-a părut mai interesant să o legăm de alte teme, cum ar fi „Cupluri de îndrăgostiți"!

Așteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

Umor

☺ *– Ei, ați ascultat sfatul meu, să dormiți cât mai mult cu fereastra deschisă?*

– Da, domnule doctor, așa am făcut.

– Și nu v-a dispărut bronșita?

– Bronșita, nu. În schimb, mi-au dispărut televizorul, două tablouri și telefonul mobil.

☺ *Ce e un alergător pentru un canibal?... Fast food!!!*

☺ *– Câți ani îmi dai, Ioane?*

– Ce să-ți mai dau, Marie, că și așa ai destui...

☺ *– Domnule, dacă nu plătiți în acest moment am să chem poliția, spune chelnerul.*

– De ce vă obosiți? Credeți că poliția o să plătească în locul meu?

☺ *ATENȚIE!!!! a apărut un nou virus!!!... Virusul taliban!!! Citez din introducere:*

„Draga utilizatorule, acesta este un virus taliban! Cunoscută fiind sărăcia resurselor IT ale țării noastre, acest virus este MANUAL. De aceea te rog să transmiți acest virus tuturor prietenilor tăi care au adresă de e-mail și totodată să îți ștergi singur toate fișierele de pe hardul tău.

Mulțumesc,
Abdulah Hackerul
Taliban"

SUDOKU

jocul săptămânii: 28

3	7	4	9	6	8	1	5	2
6	9	1	2	5	4	8	3	7
2	8	5	1	3	7	4	9	6
8	6	7	4	9	1	3	2	5
4	3	2	7	8	5	9	6	1
5	1	9	6	2	3	7	8	4
9	4	3	5	1	2	6	7	8
7	2	6	8	4	9	5	1	3
1	5	8	3	7	6	2	4	9

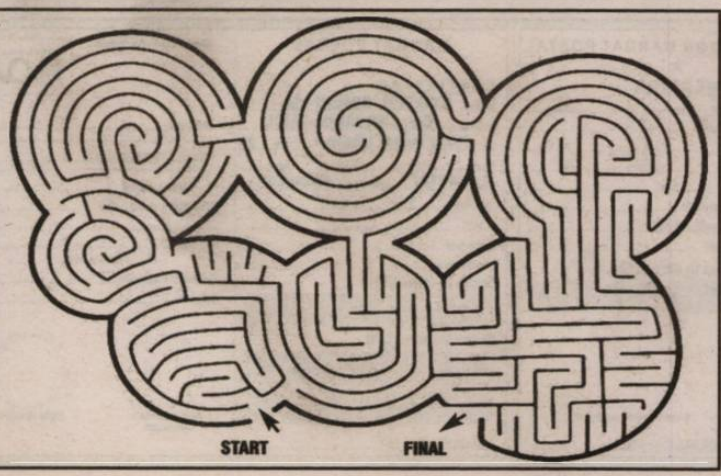
Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 27

8	7	3	4	2	6	5	1	9
4	2	1	9	7	5	6	3	8
6	9	5	1	8	3	4	7	2
1	6	7	2	4	9	8	5	3
5	4	9	6	3	8	1	2	7
2	3	8	5	1	7	9	6	4
7	1	6	3	9	4	2	8	5
3	5	4	8	6	2	7	9	1
9	8	2	7	5	1	3	4	6

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



SOLUȚIA INTEGRAMEI „LEGĂTURI".
Orizontal: D - I - U - D - L - S - COMPORTAMENT - CIORNA - IDEI - MIRT. - ARSE - AR - LIED - IELE - B - EA - CITIT - STI - V - ZIAR - COTI - ASA - FATIS - CS - TIGAIE - IAHT - BIBAN - AIEVEA - RAR - IMN - ITI - CIRIPI - SIDEF.

Sfaturi practice

Plantele care purifică aerul 2

Continuăm prezentarea celor mai eficiente plante care absorb toxinele din aerul respirat. Plantele absorb dioxidul de carbon și eliberează oxigen, eliminând chiar și chimicalele periculoase din atmosferă. Una dintre acestea de formaldehida, vapor care poate cauza tot felul de probleme respiratorii și neurologice.

● ***Ficusul benjamin*** poate filtra eficient poluanții eliminați de obicei de covoare și mobilă

● ***Gerbera*** este utilă pentru eliminarea toxinelor din aer,

mai ales a substanțelor chimice folosite pentru tratarea textilelor. Se recomandă amplasarea plantei în dormitor, într-un loc bine luminat.

● ***Limba-soacrei (Sansevieria trifasciata)*** are o rezistență deosebită la condițiile de mediu. Specialiștii recomandă păstrarea plantei în baie, unde crește excelent la lumină redusă și a umidității crescute.

● ***Photosul auriu*** rămâne verde chiar și atunci când este ținută într-o încăpere neluminată, așa că poate fi crescută și într-un garaj, unde va contribui la purificarea aerului.

● ***Palmierul Lady*** este un prificator excelent pentru aer, rezistă bine în medii uscate sau umede.

● ***Feriga-spadă australiană*** este o feriga terestră ce reduce semnificativ poluarea atmosferică.

Cât de bine vă simţiţi în semnul dumneavoastră?

Nu de puţine ori ne punem întrebarea care este rolul nostru în această viaţă? Uneori, ne este greu să ne ridicăm la aşteptările celor din jurul nostru, alteori nu ne găsim locul, nu ştim cine suntem, ce avem de oferit sau cum putem să dăm altora ce avem mai bun în noi.

Sunt nativi care se simt complet confortabil în zodia naşterii, alţii încearcă, fără rezultate, să se identifice cu semnul lor sau se simt complet în afara trăsăturilor semnului din care fac parte. Iată că tot astrologii ne ajută şi de această dată şi vor încearca prin puterea rândurilor ce urmează să ne conecteze mai strâns cu zodia din care facem parte.

BERBEC. Sunteţi ca flacăra pentru o lumânare. Persistenţi, energici şi dornici de cunoaştere. Debordaţi de curaj şi strălucire. Puteţi spune că sunteţi întruchiparea sinelui şi a ceea ce faceţi.

TAUR. Luxul unor confortabile băi de nămol este ceea ce simţiţi când Pământul vorbeşte cu dumneavoastră şi îl absorbiţi prin toţi porii. Calităţile durabile şi frumuseţea se dobândesc în timp iar nativii Taur nu se grăbesc niciodată.

GEMENI. Sunteţi ca o pasăre în zbor. Grăbiţi, agili, pasionaţi, aripile dumneavoastră vă duc instantaneu peste tot. Zburaţi deasupra tuturor, auziţi tot şi asimilaţi tot felul de informaţii. Esenţial este cum le folosiţi...

RAC. O plajă caldă cu nisip fin. Racii iubesc mirosul mării şi calmul care îl dau valurile. Cunoaşteţi bine sentimentul profund pe care îl oferă propria casă.

LEU. Să fiţi o stea strălucitoare ce luminează din propria energie şi după care se poate ghida oricine în liniştea serilor. Simţiţi-vă inima că devine lumină pură, nimeni nu vă poate opri!

FECIOARĂ. O plimbare prin grădină. Simţiţi cum creşte fiecare vietate, fie cât de mică? Cultivaţi, hrăniţi şi păstraţi totul cu grijă. Fecioarele înţeleg cât de importante sunt toate detaliile vieţii şi cât este de fragil totul. Fiecare frunză sau petală vă vor aprecia.

BALANŢĂ. Vizualizaţi primele raze ale Soarelui sau ale Lunii Pline care se ridică în prima zi de toamnă? În perioada zodiei Balanţă este echinocţiul de toamnă – ziua egală cu noaptea. Balanţa stă în centru cu braţele întinse şi ţine întreaga lume în echilibru.

SCORPION. Sunteţi ca un vulcan care erupe. Roca topită din mantaua Pământului este canalizată prin dumneavoastră până la suprafaţa acestuia. Sunt două variante: ori se formează un pământ nou, fertil, ori se întâlneşte cu apa şi explodează stingându-se. Scorpionii întruchipează această putere ascunsă din adâncuri, care poate crea sau distruge.

SĂGETĂTOR. Un grandios banchet a cărui gazdă sunteţi. Fiecare oaspete este fermecat şi satisfăcut de generozitatea şi eleganţa dumneavoastră. Săgetătorul răspunde fiecărei întrebări cu uşurinţă şi graţie. Sunteţi un lider înnăscut şi aveţi toate calităţile necesare să-i înţelegeţi pe oameni.

CAPRICORN. Alpinişti înfocaţi, dar nu unii nechibzuiţi, aşa cum o capră se apropie cu mult curaj de vârf, călcând cu îndrăzneală, fără urmă de teamă sau suferinţă. Vă simţiţi în largul dumneavoastră mai ales când cerul e senin. Făcând paşii calculaţi, la un moment dat, succesul este asigurat.

VĂRSĂTOR. Din întunericul unei furtuni vine un fulger energic, apoi urmează tunetul şi ploaia. Fără Vărsători nu există progres, totul este plictisitor şi sumbru.

PEŞTI. Imaginaţi-vă un ocean de muzică cu curenţi puternici, care sunt ca o melodie ce vă atinge inima şi vă calmează mintea. Fiţi ca un Peşte magic, care înoată prin sentimentele şi dorinţele lumii.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Cui aparţine Luna? ■ Kyoto, oraşul grădinilor ■ Când Stalin îşi suprimă generalii... ■ Conexiunea folclorică a fenomenului OZN ■ E sănătos dormitul pe dreapta? ■ Flora spontană şi sistemul nervos ■ Meniuri pentru sănătate ■ La Holywood, roluri cu anasâna

HOROSCOP
17-23 iulie 2017

BERBEC 21.03-20.04

Chiar dacă acum vi se pare că vă irosiţi prea mult timpul, va veni şi vremea când veţi culege roadele şi veţi fi extrem de mulţumiţi. Faceţi o grămadă de studii suplimentare, cursuri sau călătorii de instruire şi vă ocupaţi timpul liber până la refuz.

TAUR 21.04-21.05

În ultima perioadă v-aţi cam chinuit să menţineţi corabia pe linia de plutire şi asta mai ales că veniturile au fost destul de reduse. Aţi cheltuit mult din propriile resurse şi ar trebui să începeţi o planificare strictă finanţelor pentu redresare.

GEMENI 22.05-21.06

Relaţiile cu apropiaţii şi cu partenerii sunt mai încercate ca niciodată. Saturn este planeta care vă forţează să mergeţi dincolo de reconciliere şi să învăţaţi cum să vă descurcaţi cu cineva de lângă dumneavoastră.

RAC 22.06-21.07

Vă simţiţi copleşiţi şi realizaţi că nu puteţi face totul singuri. Dacă cereţi ajutorul celor din jur veţi rezolva totul repede şi apoi primiţi aplauzele meritate şi recunoştinţa pentru toată munca grea pe care aţi depus-o. Acum testaţi eficacitatea propriei forţe de convingere.

LEU 22.07-22.08

Începem cu o veste proastă. Saturn vă induce responsabilităţi sporite faţă de copii. Asta vă face mai serioşi şi irascibili. Aveţi mai multă răbdare. Vestea bună este dată tot de Saturn care acum este în zodia dumneavoastră şi vă dă mai multă forţă, tenacitate şi concentrare. Sunteţi norocoşi, veţi primi sprijin să rezolvaţi lucrurile.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Călătorţi mult în aceste zile. Veţi avea însă responsabilităţi sporite acasă, în special cu un părinte. Vă confruntaţi cu tot felul de reparaţii la domiciliu sau poate vă schimbaţi actuala locuinţă. Din fericire, dispuneţi de fondurile necesare acestor mişcări.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Jupiter este cea care vă aduce norocul şi vă ajută să vă simţiţi mulţumiţi. Veţi avea mai mult timp liber şi vă veţi bucura de compania celor mai buni prieteni. Indiferent de ce se va întâmpla, Jupiter părăseşte semnul dumneavoastră, dar se mută în casa banilor, ceea ce înseamnă că vi se vor stimula câştigurile şi fluxul numerar.

SCORPION 23.10-21.11

A sosit timpul să renunţaţi la tot ce nu mai este relevant în viaţa dumneavoastră. Poate fi vorba despre relaţii, locul de muncă, case sau posesiuni. Vă ajută tot Saturn, cel care vă va învăţa sau vă va dezvălui care sunt propriile valori.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Saturn a intrat în semnul dumneavoastră şi va rămâne până în luna decembrie a acestui an. Aceasta este o experienţă sobră şi vă face să vă simţiţi mult mai singuratici. Tot Saturn vă va aşterne un drum nou şi vă ajuta să vă reinventaţi.

CAPRICORN 22.12-19.01

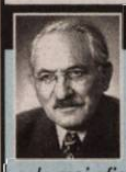
Vă aflaţi într-o fază a vieţii dumneavoastră şi veţi fi determinaţi să renunţaţi la tot ce merge greu. Vă debarasaţi de tot ce vă apasă (prietenii, case, relaţii, serviciu), multe dintre aceste lucruri vă vor stârni să alegeţi un nou drum. Lăsaţi-vă duşi de val.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

În această săptămână sunteţi cei mai norocoşi nativi ai zodiacului. Pentru dumneavoastră Saturn vă oferă cel mai mult sprijin şi vă dă o coloană vertebrală solidă pentru a face faţă vieţii. Vă va ajuta să vă ridicaţi singuri, să vă bucuraţi de succes şi să vă respectaţi propriile interese.

PEŞTI 19.02-20.03

Aceasta este perioada, una dintre puţinele din viaţa dumneavoastră, când Saturn traversează vârful diagramei, ceea ce înseamnă că este timpul potrivit recoltării roadelor. Seminţele pe care le-aţi semănat în ultimii ani au dat tot felul de roade. În cazul în care aţi plantat bine veţi fi răsplătiţi, dacă nu...



Nativul săptămânii: **SELMAN ABRAHAM WAKSMAN** (22.07.1888 – 16.08.1973)

A fost un inventator, biochimist şi microbiolog ale cărui cercetări au promovat descoperirea streptomicinei şi a altor antibiotice. Acest nativ al zodiei Leu a descoperit primul antibiotic activ împotriva tuberculozei (streptomicina), fiind şi unul dintre cele mai eficace tratamente pentru această maladie.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonaţi-vă la magazin

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701), contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat la care se adaugă taxa poştală de expediere) sau să achitaţi în conturile bancare indicate la pagina 2 şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societăţii.

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

SERIE NOUĂ - 1358 ● ANUL LX ● 20 IULIE 2017 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 29 (3108)

magazin

www.revistamagazin.ro

E-mail: redactia@revistamagazin.ro ● redactia.revistamagazin@yahoo.com ● redactia.revistamagazin@gmail.com

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

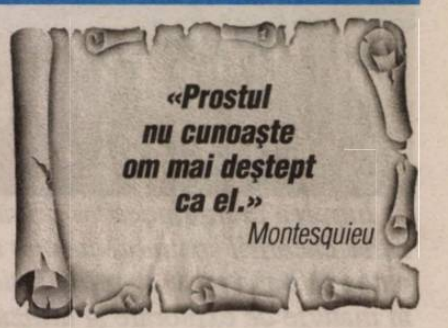
Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

Stresul şi sănătatea

E bine de ştiut

Hipotensiunea



Cum putem ajunge la „cheile" inconştientului

Creierul şi intuiţia

„Visul, intuiţia şi creativitatea sunt mesajele inconştientului", scria C.G. Jung, cu aproape o sută de ani în urmă. Culmea este că nici astăzi despre creativitate, una din cele mai fascinante dintre capacităţile mentale ale creierului uman, nu se ştie mare lucru.

Creativitatea, pe care Jung o numea şi „mica intuiţie", această capacitate misterioasă şi puternică, specifică dintre toate mamiferele doar omului, este înainte de toate mecanismul extraordinar şi fundamental al autotransformării. Cum se naşte, cum ajungem să folosim această maşinărie inefabilă cu sediul în creierul nostru, cum găsim căile, uşile, cheile potrivite? Cum folosim acest dar, pe care îl primim de la naştere, dar fără un manual de utilizare? Alături de vis şi intuiţie, creativitatea constituie un proces care nu este controlat de conştient, ci, dimpotrivă, de inconştient, despre care vorbea Jung. Conform ilustrului cercetător american Abraham Maslow, fondatorul psihologiei umaniste şi autor al unei lucrări de referinţă, „Piramida trebuinţelor şi motivaţiilor", creativitatea este o forţă de realizare în măsură de a transforma viaţa, un elan generator de succes, una dintre cele mai puternice capacităţi intelectuale pe care le au în comun toate fiinţele umane.

Această fantastică capacitate, intuiţia, pe care o avem toţi, aceea de a anticipa, de a resimţi, de a ghici lucruri, de a vedea evenimente înainte ca ele să se producă, nu o folosim decât o dată din zece cazuri. Ea fiind, atenţie, cel mai bun aliat al nostru în momente dificile! Cum reuşesc unii oameni să-şi utilizeze la maximum capacităţile intuitive în comparaţie cu alţii? Iată câteva explicaţii prezentate în *Healthy Living*.

Intuiţia este, ca şi gravitaţia, ceva foarte greu de explicat, în ciuda rolului pe care îl joacă în viaţa de fiecare zi. Steve Jobs numea intuiţia ceva „mai puternic decât intelectul". Oricum am spune-o în cuvinte, ştim toţi, *intuitiv*, ce este. Toţi am experimentat acest sentiment, senzaţie, avânt inconştient, care ne împinge să facem ceva fără să ne spună *de ce* sau *cum*. „Eu definesc intuiţia ca o cunoaştere subtilă fără a avea idee de ce ai nevoie să cunoşti", scria Sophy Burnham în cartea sa, *Arta Intuiţiei*, şi adăuga; „E diferită de gândire, diferită de logică şi analiză... este o cunoaştere fără cunoaştere". Aşa se explică de ce unii oameni, aflaţi în legătură strânsă cu intuiţia lor, care ştiu să-şi asculte vocea interioară, reuşesc să acţioneze diferit de alţii care nu au acest exerciţiu. Toată lumea este conectată cu intuiţia, însă unii preferă să ignore sfaturile intuiţiei lor. „Nu trebuie să respingem logica ştiinţifică pentru a beneficia de instinct", spune Francis Cholle, autorul cărţii *The Intuitive Compass (Busola Intuitivă)*, „trebuie să ne folosim de ambele unelte, pentru a găsi echilibrul".

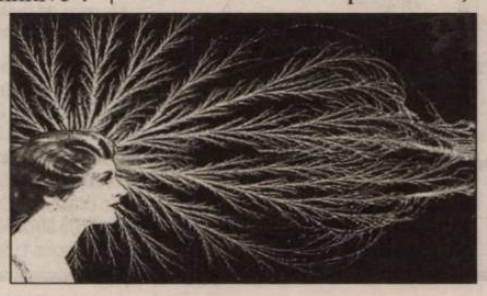
Un moment de singurătate

Rătăciţi în labirintul vieţii trepidante, dominate de grijile zilnice, hrană, muncă, distracţie, computer, telefon, televizor, de nebunie generatoare de stres etc., trebuie să ne oferim scurte răgazuri de singurătate, de linişte exterioară pentru a ne putea asculta vocea interioară. Singurătatea ne poate ajuta să dăm frâu liber gândirii creatoare, să ne conectăm la cele mai profunde niveluri ale înţelepciunii interioare. Indivizii intuitivi sunt de obicei persoane introvertite, dar indiferent dacă e vorba despre introvertiţi sau extrovertiţi, a ne oferi clipe de singurătate ne ajută să ne ascultăm gândurile profunde, scrie Burnham, să ascultăm intuiţia interioară dincolo de nebunia şi zgomotul vieţii exterioare.

O minte deschisă

Meditaţia şi alte practici de deschidere mentală pot fi modalităţi excelente de a ne descătuşa intuiţia. Aşa cum explica un institut specializat în psihologie, „deschiderea mentală ajută la filtrarea conversaţiei interioare, la cântărirea obiectivă a judecăţilor, accesarea intuiţiei şi în final la luarea unei decizii definitive". Deschiderea mentală poate de asemenea conecta intuiţia prin sporirea cunoaşterii de sine.

Un studiu din 2013 publicat în revista *Perspectives on Psychological Science* arăta că deschiderea mentală, care înseamnă „a fi atent la o experienţă proprie într-o modalitate non-evaluativă", ne poate ajuta să ne înţelegem propriile personalităţi. Şi aşa cum arăta Adriana Huffington, o creştere a intuiţiei, creativitatea şi pacea interioară, sunt toate efecte secundare ale meditaţiei.



A observa mult

„Primul lucru pe care trebuie să-l faci este de a observa atent lucrurile – să ţii un mic jurnal, să notezi când se petrec lucrurile mai deosebite", scrie Burnham, Astfel puteţi obţine un simţ mai ascuţit asupra coincidenţelor, conexiunilor surprinzătoare şi a intuiţiilor pasagere care se petrec în viaţa de zi cu zi, cu alte cuvinte, veţi începe să pătrundeţi mai adânc în intuiţie, în această capacitate fabuloasă a creierului.

Totul este să-ţi asculţi corpul, să te acorzi cu semnalul intuiţiei proprii, acea „senzaţie viscerală". Oricine încearcă acel „gol în stomac", când *ştii* că ceva e rău dar nu ştii ce anume, trebuie să fie conştient că intuiţia este cea care cauzează această senzaţie. *Golul în stomac* poate fi şi rezultatul emoţiei puternice, dar cercetătorii sugerează că emoţia şi intuiţia îşi au rădăcina în acel „al doilea creier" care se află în stomac.

Conectarea profundă cu ceilalţi

Citirea gândurilor poate părea ceva fantezist sau aparţinând pseudoştiinţei, dar în realitate este ceva ce facem în fiecare zi. Este vorba despre „acurateţea empatică", un termen din psihologie care se referă la „abilitatea aparent magică de a analiza terenul mental al unei persoane, din cuvinte, emoţii şi limbajul corpului", după cum aflăm din *Psychology Today*. Emoţiile sociale, cum sunt ruşinea, vinovăţia, mândria, stânjeneala, dezgustul şi dorinţa, toate pot fi trăite de unii doar privindu-i pe alţii care trec prin aceste stări.

La fel cum, atunci când priveşti la televizor bucuria echipei câştigătoare, simţi emoţia jucătorilor ca şi cum ai fi pe teren. A asculta propriile emoţii, a petrece timp observându-i şi ascultându-i pe alţii faţă în faţă, asta te poate ajuta să-ţi dezvolţi puterile empatiei, spun psihologii.

Ascultarea viselor

Burnham recomandă un lucru simplu, deşi, în acelaşi timp, complicat: să „asculţi", să fii atent la vise ca la o cale de a înţelege procesul de gândire al inconştientului mental. În fond, acest inconştient este cel mai bun prieten al fiinţei conştiente. Nu trebuie decât să reuşim să-i ascultăm mesajele, „sfaturile". Pentru că atât visele, cât şi intuiţia îşi au rădăcinile în inconştient. „Noaptea, atunci când visăm, primim informaţii de la partea inconştientă şi intuitivă", scrie Burnham.

Dacă ştii să „te acorzi" cu visele, poţi obţine o multitudine de informaţii despre cum să-ţi trăieşti viaţa, mai spune cercetătoarea. Pentru că, să nu uităm, creierul uman funcţionează sută la sută non-stop, deci şi atunci când dormim, şi nu „folosim doar 10 la sută", cum ne spuneau teoriile vetuste. Şi încă un amănunt demn de luat în considerare: doar 15 la sută din activitatea creierului uman înseamnă conştient; restul este inconştient...

29
5 948427 000133

Biblioteca Judeţeană

Cui aparţine LUNA?

Intrarea întreprinderilor private în cursa cuceririi spaţiului cosmic ar putea să bulverseze regulile juridice în materie de explorare şi utilizare a spaţiului extraatmosferic. Chestiunea părea reglată de mai mulţi ani (1967), când un tratat internaţional sub egida ONU stipula în articolul II că „spaţiul extraatmosferic, inclusiv Luna şi alte corpuri cereşti nu pot face obiectul adjudecării naţionale prin proclamarea suveranităţii, nici prin voinţa de utilizare sau de ocupare, nici prin oricare alte mijloace". Pe scurt, Luna ar trebui să nu aparţină nimănui sau să aparţină întregii lumi.

„Jungla" selenară de pe Terra

Totuşi, cucerirea spaţiului cosmic a evoluat considerabil după 1967, reglementările s-au diversificat, iar acordurile bilaterale sau multilaterale dintre guverne sau agenţii spaţiale s-au înmulţit. Tone de documente definesc regulile şi responsabilităţile în ceea ce priveşte navetele spaţiale, sateliţii, oamenii trimişi în spaţiu, staţia spaţială internaţională, sondele de explorare etc. Regulile juridice aplicabile în spaţiu sunt astăzi foarte (de fapt, prea) complexe, fără însă a exista un adevărat plan de ansamblu. Chiar şi specialiştii se recunosc depăşiţi în această adevărată junglă de nepătruns. Astfel, una dintre întrebările foarte serioase care se pun este – în condiţiile dezvoltării primelor întreprinderi private de zboruri spaţiale, de tipul Space X, ce se va întâmpla dacă una dintre acestea va ajunge să pună piciorul pe Lună pentru a o exploata?!

Dennis M. Hope

Liber la exploatare

În ultima vreme s-au înmulţit revendicările de... proprietăţi pe Lună, în aşa măsură încât Institutul internaţional pentru dreptu-rile spaţiului (IISL) a precizat că fiecare stat are obligaţia să nu legalizeze asemenea revendicări. Problema este însă că nu toate ţările au semnat tratatul din 1967. Abia la 1 ianuarie 2017, un număr de 105 ţări l-au ratificat (între ele, China, Franţa, Rusia şi SUA), alte 24 de ţări rămânând încă în afara acestei opţiuni. Un alt tratat, stabilit în 1979, priveşte eventuala exploatare a Lunii şi a altor corpuri cereşti; exploatare reglementată, dar perfect autorizată. A fost semnat de ţări precum India şi Franţa, nu însă şi de actori majori ca SUA, Rusia, China sau Japonia. Şi se ştie că în sertarele multor agenţii spaţiale există proiecte de exploatări „miniere": helium-3 (care ar putea deveni un supercarburant), apa de pe Lună, magneziu, cobalt şi uraniu de pe Marte ori de pe asteroizi.

De altfel, NASA a anunţat întoarcerea pe Lună în 2020 şi stabilirea unei baze permanente pe satelitul nostru în 2024, insistând pe interesul ştiinţific al proiectului şi pe faptul că Luna ar putea deveni o bază de lansare pentru zborurile umane către alte planete.

Dreptul maritim pentru hoteluri spaţiale!

Nu e o glumă: navele spaţiale, la fel ca ambarcaţiunile maritime, poartă un pavilion şi navighează – nu pe apă, ci în spaţiul cosmic. Aşa că „precum pe pământ, aşa e şi în ceruri"; cel puţin, deocamdată. Dacă ruşii lansează o navetă de pe teritoriu francez, ambele ţări au responsabilitatea traiectoriei acesteia, dar în interior se aplică legile ruseşti.

Pe de altă parte, s-au găsit şi destui indivizi „originali" în lumea terestră care să se autoproclame proprietarii Lunii. Americanul Dennis M. Hope (autointitulat preşedintele guvernului galactic!!!) a depus în 1980 acte de proprietate asupra tuturor corpurilor cosmice din Sistemul Solar atât la serviciile funciare din San Francisco, cât şi la ONU şi la guvernele american şi rus. El a ajuns chiar să vândă „parcele lunare" de 4.000 m², lângă Marea Liniştii, la peste 30 de euro/m². Aşa-zisul contract de vânzare-cumpărare e însoţit de o fotografie a „proprietăţii" şi descrierea acesteia. Numai bună de pus în ramă şi de agăţat pe perete! Imobiliarele selenare merg binemersi şi pentru Lunar Republic Society din New York, care din 1999 a vândut milioane de metri pătraţi de pe astrul nopţilor noastre. Unor persoane „lunatice", desigur...

Japonezii pun taifunul la treabă

Se pare că energiile alternative se pot obţine din cele mai neaşteptate surse. Uneori, chiar şi ceea ce în mod obişnuit distruge poate fi convertit într-o utilitate reală. Este şi cazul devastatoarelor taifunuri care se ştie că pentru arhipelagul nipon constituie o ameninţare

majoră permanentă. În acest sens, firma japoneză Challenergy (într-o traducere liberă, „schimbare de energie") a conceput o eoliană care generează energie electrică din energia colosală a taifunului.

Pentru a putea rezista forţei imense a ciclonului tropical, palele dispozitivului sunt înlocuite cu trei cilindri care se rotesc în jurul unui ax vertical. Omnidirecţională, această invenţie unică nu are nevoie să fie orientată în sensul mişcării vântului, aşa cum se întâmplă în cazul eolienelor. După ce primul prototip de numai 1 kilowatt a fost testat cu succes, Challenergy intenţionează să producă în serie asemenea dispozitive de 10 kW, până în anul 2020.

„Pe tren"?

Să vorbim corect!

O greşeală des întâlnită în vorbire este utilizarea prepoziţiei „pe" în situaţii în care ar trebui folosite alte prepoziţii sau sintagme.

Se pot da o mulţime de exemple în acest sens. Dintre acestea spicuim: „face o teză pe Renaştere"; „a venit pe tren"; „a sunat pe telefon"; „poartă o rochie pe galben" şi tot aşa.

Este clar că în cazul acestor expresii formularea corectă este „face o teză despre Renaştere"; „a venit cu trenul"; „a sunat la telefon"; „poartă o rochie galbenă".

De asemenea, tot greşite sunt exprimările de tipul: „a discutat *pe tema* excursiilor organizate", sau „informaţia a venit *pe surse"*, în aceste cazuri fiind corect să spunem „a discutat despre excursiile organizate" sau „informaţia provine din surse". *(I.S.)*

Mâncătorii de insecte

În general, devorăm insecte din belşug, dar fără să ştim: în salate, în tarte cu fructe, chiar şi pedalând pe bicicletă cu gura deschisă! De fapt, despre ce e vorba? Adevărul este că în fiecare an un om înghite, în medie, o jumătate de kilogram de insecte.

Însuşi faimosul *Codex Alimentarius* (norme alimentare internaţionale armonizate create de FAO şi OMS în 1963) interzice prezenţa insectelor întregi vii în vegetale, dar tolerează fragmente din acestea în proporţie de maximum 0,1%. Le regăsim astfel în produsele pe bază de făină (pâine, biscuiţi, paste etc.), în fructe şi sucuri de fructe, în legume şi chiar în ciocolată.

Totuşi, aceste mii de furnici, musculiţe, ţânţari şi altele asemenea nu fac parte din preconizatul „festin" ce pare că ne aşteaptă la orizontul anului 2025. O spune chiar ONU! Creşterea porcilor, a puilor şi a altor animale de fermă pentru carne, prea poluantă şi prea costisitoare pentru a putea hrăni cele 7 miliarde de oameni de pe planetă (sau, mai exact, circa 9,7 miliarde care vor popula Terra în 2050, potrivit previziunilor ONU) este deja o idee depăşită.

În afara alternativei de a deveni vegetarieni, se pare că vom fi obligaţi să ne hrănim (şi) cu insecte. În prezent este nevoie de 10 kg de vegetale pentru a produce doar 1 kg de carne, în timp ce pentru aceeaşi cantitate de insecte sunt suficiente 2 kg de vegetale.

Pentru un nutriţionist, insectele reprezintă în primul rând o excelentă sursă de proteine, de grăsimi şi oligoelemente.

De asemenea, compuşii lor de aminoacizi sunt conform standardelor OMS, nemaivorbind despre faptul că în ceea ce priveşte această categorie de potenţială hrană se poate consuma circa 75% din ea, faţă de numai 17% în cazul porcului. Condiţia de bază este însă, evident, de... a putea să le înghiţim!

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Adrian-Nicolae Popescu
Secretar de redacţie: Ionel Cojocaru

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: **TIPOMEDIA PROD S.R.L.**

Peștii își schimbă sexul

Pilulele contraceptive, produsele chimice de curățare și alte produse casnice aruncate la toaletă reprezintă un pericol până acum neștiut pentru viețuitoarele marine. Substanțele chimice din aceste produse acționează asupra peștilor, ducând la apariția de pești cu caracteristici mixte, feminine și masculine.

Potrivit oamenilor de știință britanici de la Universitatea Exeter, care au studiat acest fenomen șocant, unul din cinci pești din râurile Marii Britanii ar fi afectat de el; rezultatul este o reducere a producției de spermatozoizi și declanșarea producției de icre la peștii masculi!

De asemenea, s-a stabilit că multe dintre progeniturile peștilor afectați erau mai sensibile la aceste transformări chimice. Analiza mostrelor de apă din cele mai mari râuri britanice, de la Tamisa la Severn și Trent, a pus în evidență prezența a peste 200 de substanțe chimice nocive, care poluează aceste ape. Mai mult, se pare că apariția de pești „transsexuali" afectează și comportamentul masculilor, care devin mai puțin agresivi și competitivi, fapt care îi face puțin apți a se înmulți cu succes.

Astronomii, în căutarea „PLANETEI 10"

Marginile exterioare al Sistemului Solar ascund, se pare, un obiect cosmic masiv, de dimensiunile planetei Marte, care ar putea fi cea de-a zecea planetă din jurul Soarelui, căutată de astronomi de aproape un secol (adică după descoperirea celei de-a noua planete din Sistemul Solar, Pluto, ulterior „retrogradată" la statutul de planetă pitică).

Existența acestui corp ceresc, a cărui prezență încă nu a fost confirmată, numit „Planeta 10", a fost propusă după ce savanții au descoperit că obiectele de gheață situate dincolo de Neptun, într-o regiune a așa-numitei „centuri Kuiper", au orbite excentrice.

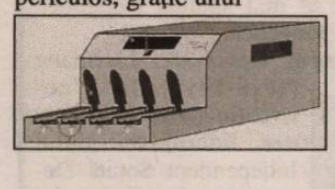
Motivul acestor traiectorii sinuoase nu este cunoscut, dar oamenii de știință bănuiesc că o masă planetară de mari dimensiuni ar putea declanșa aceste anomalii. Dr. Kathryn Volk, profesoară la Laboratorul Lunar și Planetar de pe lângă Universitatea Arizona, susține că atracția gravitațională a unei planete destul de mari ar putea fi responsabilă de acest fenomen. „Potrivit calculelor noastre, ar fi necesară o planetă de dimensiunile lui Marte pentru a produce asemenea dezechilibre în traiectoriile corpurilor minore din centura Kuiper", susține Volk.

După cum se știe, centura Kuiper este o regiune ca un halou, formată din corpuri de gheață și aflată la o distanță de Soare cu 55 de unități astronomice mai mare decât distanța la care se găsește Pământul (1 UA = 150 milioane kilometri). Centura Kuiper cuprinde peste 33.000 de obiecte spațiale cu un diametru mai mare de 60 m și trei planete pitice. Specialiștii consideră că această grupare de obiecte cosmice ar fi rezultatul coliziunii violente care a dus la formarea planetelor Sistemului Solar, cu miliarde de ani în urmă.

Robotul „mulgător" de scorpioni

Veninul de scorpion este, după cum știm, una dintre cele mai valoroase „licori" folosite pe larg în domeniul medical, de la fabricarea de medicamente antimalarie, până la imunosupresoare sau citostatice. Atâta doar că extragerea lor, care se face manual de către toxicologi, prezintă riscuri foarte mari, o singură mișcare greșită fiind, potențial, fatală.

Iată însă că tehnologizarea și-a făcut intrarea și acest domeniu periculos, grație unui



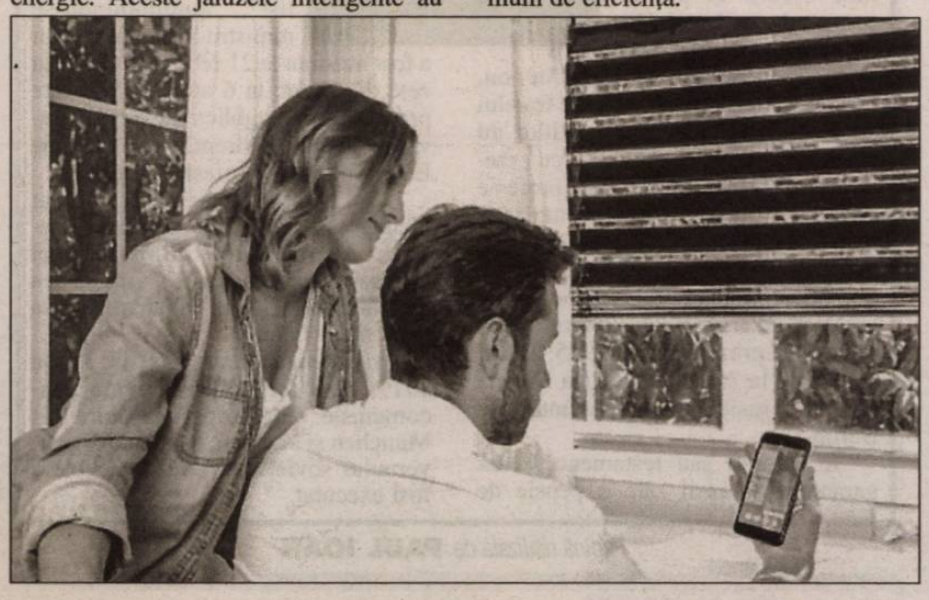
dispozitiv inedit pus la punct de o echipă de cercetători de la Universitatea Ben M'sik Hassan II din Maroc; așadar, de acum, colectarea veninului va deveni o sarcină de rutină. Numit VES-4, robotul permite imobilizarea scorpionului într-un extractor, reducând timpul de extracție a veninului și făcând operațiunea mult mai sigură.

Metodele curente, în care scorpionul este stimulat printr-o tijă care transmite mici șocuri electrice în coada lui, pentru a elibera picăturile de venin, implică riscuri atât pentru scorpion, cât și pentru cei care recoltează veninul.

În schimb, robotul VES-4 recoltează veninul pe cale mecanică „mulgând", efectiv, substanța letală. Operațiunea se desfășoară prin acționarea de la distanță, prin intermediul telecomenzii, iar animalul nu are de suferit. Într-un robot pot încăpea simultan până la patru scorpioni.

Jaluzele care produc curent electric

În viitor, factura la energie electrică ar putea fi cu până la 70% mai mică decât este astăzi, grație unei invenții într-adevăr extraordinare: jaluzelele care produc energie. Aceste jaluzele inteligente au montate pe plăcuțele metalice panouri solare foarte subțiri, iar un motoraș controlează direcția din care razele soarelui se reflectă în ele, pentru a obține maximum de eficiență.



Ineditele panouri solare pot genera până la 50 de wați pe oră per metru pătrat, adică o energie suficientă pentru ca de la o singură fereastră să poți încărca un laptop. Surplusul de energie generat este fie stocat în acumulatoare, fie poate fi vândut.

Inventatorul acestui dispozitiv, ucraineanul Yevgen Erik, în vârstă de 41 de ani, spune că ideea i-a venit după ce a studiat modul în care „pălăriile" de floarea-soarelui își schimbă poziția, urmărind soarele de pe cer.

Jaluzelele pot fi controlate vocal, prin intermediul unei aplicații de smartphone și permit economisirea energiei casnice prin conectarea lor la termostate, cu ajutorul tehnologiilor WiFi sau Bluetooth.

De asemenea, ele sunt conectate permanent la un site de prognoze meteorologice, pentru a răci sau a încălzi cât mai eficient locuințele. Un set de jaluzele cu care se poate acoperi o fereastră de un metru pătrat costă 270 de dolari.

Beddit, o aplicație care îți asigură somnul perfect

Renumita companie americană Apple a obținut, recent, un patent de invenție pentru un sistem intitulat Beddit, grație căruia dispozitive precum iPhone sau Apple Watch urmează să fie transformate în veritabile aparate de monitorizare a somnului.

Proiectul vizează analizarea modelelor de somn ale fiecărei persoane, astfel încât alarma de dimineață să sune exact când respectiva persoană a

acumulat cantitatea necesară de somn. Sistemul Beddit va folosi sumarul programului de somn, bazat pe datele colectate de telefonul inteligent pe durata câtorva zile. El va preciza utilizatorilor cât de mult le ia să adoarmă și câte ore dorm, efectiv, în fiecare noapte.

Dispozitivele Apple vor folosi un senzor pentru măsurarea ritmului cardiac, un microfon, un senzor de măsurare a respirației, un senzor de mișcare și alte elemente, pentru a stabili când anume un utilizator a adormit.

Datele colectate vor fi utilizate pentru întocmirea unor rapoarte privind calitatea somnului. Fiecare trezire de peste noapte se va adăuga la durata necesară pentru a adormi și în funcție de aceste aspecte, dispozitivele de monitorizare vor seta alarma ceasului în așa fel încât organismul să primească exact cantitatea de odihnă necesară.

Pagina realizată de
GABRIEL TUDOR

Când Stalin își suprimă generalii...

Stalin n-a uitat nicio clipă modul „neortodox" în care a pus mâna pe putere (ascunderea testamentului lui Lenin, defavorabil lui) și de aceea a fost până la moarte obsedat de dușmani și potențiali uzurpatori. Eliminarea adversarilor a avut o perioadă de acutizare în anii 1936-38, când numeroși „suspecți" și „sabotori" au fost uciși.

Evenimentele sângeroase din perioada 1936-38 au fost etichetate ca fiind „Marea Epurare", „Marea Purificare" și chiar „Marea Teroare" (sintagmă preluată după Regimul Terorii, 1793-1794, din perioada Revoluției franceze, când mii de persoane au fost executate ca fiind „antirevoluționare" sau „prea moderate"). Numai că spre deosebire de Robespierre (care a fost și el ghilotinat la finele Terorii), Stalin a supraviețuit.

Nicolai Buharin, executat în 1938

Un ocean de dușmani politici

Este foarte greu de estimat numărul total al victimelor, deoarece au fost atât execuții semnate direct de către liderul de la Kremlin, cât și victime ale proceselor rapide făcute de „Troicile NKVD" (comisii de trei persoane cu abilități extrajudiciare). Au fost numeroși decedați în timpul transporturilor spre lagărele de muncă forțată și în interiorul lagărelor. Pe listele cu executați semnate de Stalin figurează 681.692 de persoane. Dar o organizație rusească pentru drepturile omului, „Societatea Memorial", estimează că numărul victimelor epurării a fost de peste 1,3 milioane de oameni...

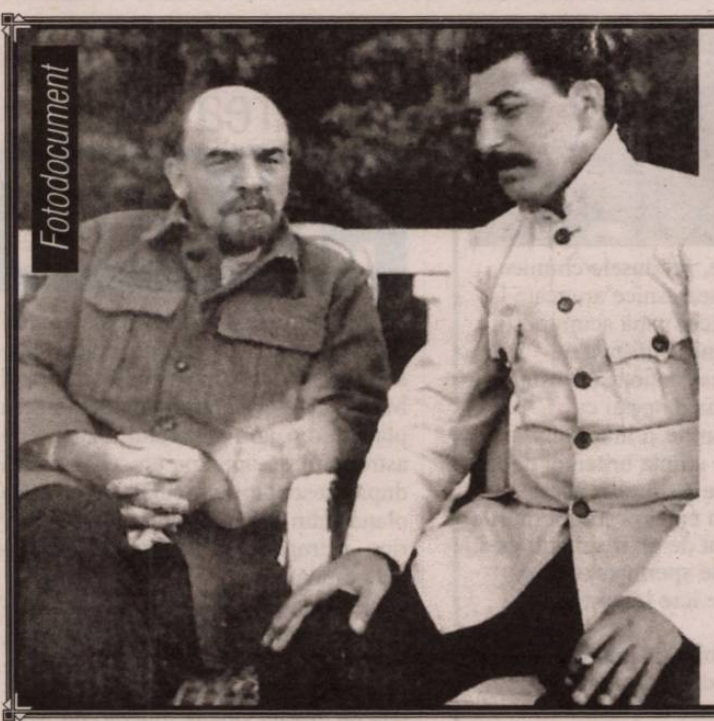
Etapele „Marii Răzbunări" a lui Stalin au fost reprezentate de cele patru procese de la Moscova (trei publice și unul secret), inițierea Troicilor NKVD (pentru accelerarea „justiției revoluționare") și folosirea unui nou articol de lege privind „sabotajul contrarevoluționar". Să menționăm că prima „Răzbunare" (neviolentă) s-a desfășurat în 1933, când sute de mii de membri de partid au fost excluși. Dar din fatidicul an 1936, eliminarea din partid însemna arestare și execuție.

Țintele sângeroasei epurări au fost țărani, policieni, militari și grupurile etnice (considerate un fel de „Coloana a cincea"), deseori sub pretextul unei colaborări cu naziștii. Istoria arată că eliminările din rândul Armatei Roșii au fost greșeli uluitoare făcute de Stalin. Astfel, au fost epurați 3 mareșali (din 5), principala victimă fiind Mihail Tuhacevski (fost șef de Stat Major), 13 generali de armată, 8 amirali și numeroși generali de diverse ranguri.

În aceste circumstanțe, Armata Roșie a suferit o grea lovitură organizatorică. Iar istoricii sunt de părere că fenomenul negativ sinucigaș produs de șeful URSS l-a încurajat pe Hitler să pornească invazia asupra acestei țări și să fie convins că va cuceri Moscova (Operațiunea Barbarossa). Dar istoria a arătat că rușii nu pot fi înfrânți la ei acasă.

Ieri aliat, azi uzurpator

Atât de mult și-a dorit Stalin să conducă de unul singur, fără niciun potențial rival politic, încât și-a ucis toți prietenii din perioada când bolșevicii au cucerit puterea. Se estimează că peste 1.000 de delegați (din aproape 2.000) la Congresul din 1934 au fost eliminați. Cei mai apropiați amici din perioada Revoluției din 1917 au fost uciși la Marea Răzbunare, doar Trotki a mai trăit până în 1940, când a fost asasinat în Mexic.


Fotodocument

Cândva, prieteni

Lenin (poreclă provenind de la râul Lena) și Stalin au fost cândva aliați. Dar în testamentul său, scris în 1922, când a avut primul atac cerebral, Lenin (mort în 1924) și-a avertizat tovarășii să se ferească de Trotki și de Stalin. Însă textul a devenit cunoscut prea târziu...

Scurte povestiri
cu memorie lungă

Sora vitregă a lui Hitler

Angela Franziska Johanna Hitler (foto, 1883-1949) a fost sora vitregă a lui Hitler, mai vârstnică decât acesta cu șase ani. Tatăl lor a fost comun, Alois Hitler, iar mama ei a fost Franziska Matzelsberg. Ea s-a născut la Braunau (Imperiul Austro-Ungar) și a crescut foarte apropiată de fratele vitreg care avea să devină führer. De altfel, ea este singura rudă menționată în Mein Kampf.

În 1903, Angela s-a căsătorit cu Leo Raubal, care a murit în 1910. Apoi ea s-a mutat la Viena, unde a condus Mensa Academia Judaica (fiind o ocrotitoare a studenților evrei). A pierdut contactul cu Adolf Hitler, dar l-a reluat prin 1924. Relațiile lor s-au răcit din nou, când Angela a criticat relațiile fratelui cu Eva Braun. De aceea, Hitler nu s-a dus la a doua ei căsătorie, cu evreul Martin Hammitzsch, de profesie arhitect. Totuși, dictatorul nazist a mai luat legătura cu ea în timpul războiului. Angela a publicat, pentru 20.000 de Reichmarks, memoriile în legătură cu fratele său. Pentru scurtă vreme, în primăvara lui 1945, Hitler s-a mutat la Angela acasă, la Dresda (de frica rușilor), apoi s-a întors la Berlin.

În ultimul său testament, Hitler garantează surorii sale o pensie de 1.000 de Reichmarks pe lună. Nu se știe dacă a primit vreun ban. Dar se știe că, după moartea lui Hitler, Angela a declarat că fratele „nu știuse de ororile din lagărele de exterminare, căci dacă ar fi știut le-ar fi oprit". Ea însăși a declarat că nu știuse nimic despre holocaust...

A murit de atac cerebral, în 1949, la 66 de ani. Un urmaș al său (născut în 1945) trăiește și astăzi și se numește Heiner Hochegger.

O glumă a istoriei în Bavaria

Republica Sovietică Bavaria (stat de tip „republică socialistă") a existat în Bavaria, în 1919, între 6 aprilie și 3 mai. I se mai spunea Republica Sovietică München.

În timpul Revoluției Germane (1918-1919), la 7 noiembrie 1918, Kurt Eisner, liderul Partidului Independent Social Democratic din Germania, s-a adresat unei mulțimi de peste 60 de mii de persoane (la München) și a declarat că regele Bavariei (Ludwig al III-lea) trebuie să abdice, la fel și kaiserul Wilhelm al II-lea. El a declarat Bavaria „stat liber socialist", autonumindu-se ministru-președinte, dar a fost asasinat la 21 februarie 1919. În cele din urmă, la 6 aprilie 1919 este proclamată Republica Sovietică Bavaria, avându-l drept președinte pe Ernst Toller, de profesie dramaturg.

Eugen Levine

La 12 aprilie, puterea acelui stat efemer a fost preluată de Eugen Levine. Acesta dorea formarea unei „Armate Roșii Bavareze", voia să dea apartamentele de lux vagabonzilor, să desființeze banii etc.

Povestea a durat până la 3 mai 1919, când forțele paramilitare anticomuniste (Freikorps) au intrat în München și i-au ucis pe membrii „guvernului sovietic bavarez". Levine a fost executat.

Astăzi în istorie

20 iulie 1402

Bătălia de la Ankara

Două personaje istorice cu nume de mare rezonanță s-au confruntat în Bătălia de la Ankara, de la 20 iulie 1402. Atacatorul a fost celebrul Timur Lenk, întemeietorul Imperiului Timurid cu capitala la Samarkand (azi în Uzbekistan), iar cel care și-a apărat teritoriul a fost nimeni altul decât sultanul Baiazid Ylderim („Fulgerul", foto), cel învins de Mircea cel Bătrîn la Rovine (în 1395 sau 1394).

Marele lider mongol Timur Lenk zis Tamerlan („cel Șchiop") voia să ocupe teritorii din regiunea Anatolia a Imperiului Otoman și intrase în conflict cu turcii. Din 1389 era sultan Baiazid, care ajunsese la putere plin de furie, în urma asasinării tatălui său, Murad I. El i-a biruit pe aliații creștini la Nicopole, în 1396, și apoi s-a orientat asupra marii capitale bizantine Constantinopole. Un asediu nimicitor a fost foarte aproape să se finalizeze cu capitularea Imperiului Bizantin. Salvarea creștinilor a venit tocmai de la musulmanul Timur Lenk, care a avut înțelepciunea să se alieze cu mai multe entități statale supuse turcilor și să pornească că războiul contra lui Baiazid.

Liderul mongol s-a născut în 1336 și și-a început domnia în 1363. Analiza numelui său arată că cea mai probabilă traducere este „Omul de fier olog". Căsătorit cu o prințesă din neamul lui Gingis Han, Timur refuză titlul de „han" și preferă rangul de „emir" (prinț și guvernator). Titlul există și azi în Emiratele Arabe Unite (Abu Dhabi, Sharjah, Ajman, Umm al Quaiwain, Ras al Khaimah, Dubai, Fujairah). Timur Lenk a contribuit la larga răspândire a islamului în Asia Centrală. Marile sale cuceriri și bogățiile acumulate i-au făcut pe istorici să declare orașele înfloritoare Buhara și Samarkand (ambele în Uzbekistan) drept „Centrul lumii".

Prin victoria decisivă din Bătălia de la Ankara, Timur Lenk a dat o grea lovitură Imperiului Otoman, care a intrat într-o criză profundă. Însuși Baiazid a fost luat prizonier și se spune că a fost tratat respectuos, ca un mare șef de stat. Ba, chiar se spune că Timur ar fi vrut să-l reînscăuneze, având în vedere lupta pentru putere dintre fiii lui Baiazid. Dar acesta a murit în închisoare, probabil prin sinucidere.

O consecință directă a victoriei mongolilor asupra turcilor în 1402, la Ankara, a fost întârzierea cuceririi Constantinopolului (obsesie a liderilor otomani) până în anul 1453.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Conexiunea folclorică a fenomenului OZN

Feomenul OZN (sau, mai corect, „fenomenele aerospaţiale neidentificate") nu se mărgineşte la globuri luminoase, la „farfurii zburătoare", ori la răpiri extraterestre. Aşa cum a observat, poate pentru prima dată, încă din anii 1960, Jacques Vallée, există o paralelă demnă de luat în seamă între fenomenul OZN modern şi poveştile folclorice despre zâne, iele, spiriduşi sau gnomi.

Opinia lui Vallée e că fenomenul OZN este peren şi a fost înregistrat sistematic în memoria orală a colectivităţilor umane sub forma poveştilor. El scria în volumul *Passport to Magonia: From Folklore to Flying Saucers* (1969): „o anumită putere, atribuită azi celor veniţi cu farfuriile zburătoare, era pe vremuri proprietatea exclusivă a lumii zânelor", dar „ocupanţii OZN-urilor, la fel ca şi ielele celor din vechime, nu sunt extratereştri. Ei sunt locuitorii unei alte realităţi", o realitate „paralelă" cu cea în care trăim noi. El a mai adăugat că, desigur, pentru „cei ce ţin la pacea minţii lor, cel mai simplu va fi să nege realitatea tuturor acestor fapte"...

Între cer şi pământ

Şi John Mack (1929-2004, profesor de psihiatrie la Harvard) opina că „cei ce trec la ora actuală prin răpiri OZN continuă o tradiţie amplu documentată de ascensiuni la Cer şi de comunicare extraterestră". El îl cita, în cartea sa *Passport to the Cosmos* (1999) pe Mircea Eliade, care scria, în 1957, că „miturile arhaice din lumea întreagă vorbesc despre faptul că în vremurile primordiale exista o vecinătate foarte apropiată între Cer şi Pământ. *In illo tempore,* zeii coborau pe Pământ, se amestecau cu oamenii, iar oamenii, la rândul lor, puteau urca la Cer căţărându-se pe vârful unui munte, într-un copac sau pe o scară, ori luaţi în zbor de păsări". Astfel de mituri se întâlnesc peste tot, inclusiv la aborigenii australieni, la pigmei ori la eschimoşi. John Mack a investigat astfel de tradiţii în Brazilia, Africa de Sud şi la nativii americani din SUA.

Şi în România, întâmplări inexplicabile, derulate de-a lungul secolelor, au născut legende intrate în folclor. Dar astfel de întâmplări se petrec aparent şi în zilele noastre, în anumite locuri unde forţe nevăzute bântuie oamenii care trec pe acolo. Şi, ceea ce este şi mai interesant, există chiar şi mărturii care pun în legătură incidentele de felul acesta cu observaţii OZN.

Un personaj prezent în mitologia şi literatura timpurie românească este „Zburătorul". El ia de obicei forma unui flăcău care coboară noaptea printre oameni, în casele acestora, chinuie fetele şi femeile tinere. Femeia îl vede pe „zburător" ca fiind real, se trezeşte din somn şi este mereu cuprinsă de emoţii puternice. Credinţele populare prevăd mai multe metode de protecţie împotriva acestui personaj. În mod cert, el este varianta locală a ceea ce în antichitatea romană şi în evul mediu european s-au numit „incubus" şi „succubus". Dar cele mai vechi menţiuni ale fenomenului stau probabil în menţiunea că „fiii lui Dumnezeu, văzând că fiicele oamenilor sunt frumoase şi-au luat dintre ele soţii, care pe cine şi-a ales... În zilele acelea erau pe Pământ uriaşi, şi chiar după aceea, când fiii lui Dumnezeu au intrat la fiicele oamenilor şi acestea le dăruiau fii: aceştia sunt uriaşii din vechime, oamenii cei vestiţi." (Facerea, 6; 2, 4).

Cartea lui Enoh (cap. VII-XI) este mai explicită. Ea spune că fiicele pământenilor erau graţioase şi frumoase. „Şi atunci, când îngerii, copiii Cerurilor, le-au văzut, s-au îndrăgostit de ele" şi s-au gândit să-şi ia dintre ele neveste şi să facă cu ele copii. Paralele se găsesc în multe cazuri de întâlniri, cu tentă sexuală, cu entităţi nepământene.

În folclorul românesc, mult mai importante decât „Zburătorul", dar şi mult mai apropiate de fenomenul OZN în sensul clasic, sunt ielele, făpturi feminine supranaturale cu puteri magice şi cu mare putere de seducţie. Peste tot în România, ielele sunt imaginate ca femei tinere, îmbrăcate în alb, despre care se crede că ar apărea mai ales noaptea şi ar face rău, în special bărbaţilor care au intrat în contact cu ele. În diferite zone ale ţării, ielele au denumiri diferite: „şoimane", „vântoase", „drăgaice", „frumoase", „mândre", „dânse" etc. Toate aceste denumiri sunt de fapt calificative politicoase, menite să evite pronunţarea numelui „real" (care s-a şi

pierdut în timp), de teamă ca nu cumva acestea, auzindu-se chemate, să-şi facă apariţia. Chiar şi cuvântul „iele", înseamnă, la origine, pur şi simplu, „ele", adică persoane de sex feminin.

Istoricul Nicolae Densuşianu (1846-1911) a adunat o mulţime de legende şi credinţe populare, printr-un număr impresionant de chestionare răspândite în toate regiunile locuite de români. Conform acestora, ielele sunt „duhuri cu chip de femeie, umblând noaptea, jucând şi dansând". Pe locul unde trec „nu mai creşte iarba", „rămâne o potcoavă de iarbă roşie", ori „se înnegreşte iarba în formă de cerc". Ielele „vin pe sus cu lăutari" îndeosebi „cimpoieri", „au lumânări aprinse" şi „joacă în pomi". Întâlnind oameni „îi poartă prin aer de rămân neoameni pe viaţă". Dimitrie Cantemir, în catea sa *Descriptio Moldaviae* (1716), numea ielele „nimfe ale aerului, îndrăgostite cel mai des de tinerii mai frumoşi".

Cititorul familiarizat va descoperi în cele de mai sus similitudini izbitoare cu fenomenul OZN: apariţiile predilect nocturne, originea aeriană, rotirea luminoasă, cercul ars care rămâne în iarbă, atracţia faţă de sursele de apă, reziduurile pe care le lasă în urma lor, afectarea copacilor din jur, zgomotul însoţitor ca de cimpoi, viteza fantastică de deplasare, răpirea unor oameni, dar şi componenta sexuală, atât de prezentă în rapoartele recente ale „răpirilor extraterestre", ori cea justiţiară. Este puţin probabil ca toate aceste detalii, prezente practic la toate popoarele, să fie doar simple coincidenţe ori confabulaţii născute din teama firească de întuneric.

Rotocoale de foc

În arhivele ufologiei româneşti există mai multe cazuri de întâlniri cu entităţi de tipul ielelor. Gabriel Tudor redă povestea unui tânăr din comuna Prundu, care, în 1948, împreună cu doi prieteni, s-au întâlnit într-o noapte cu nişte rotocoale „ca de foc" învârtindu-se prin aer. Când s-au apropiat, au văzut cinci femei, înalte, slabe, cu părul lung şi blond şi îmbrăcate în alb, horind ţinându-se de mână. Martorul spune că cei doi prieteni s-au lăsat atraşi în joc şi ulterior ar fi fost găsiţi morţi. Tot Gabriel Tudor a găsit un „plai al ielelor" şi în satul Valea Popii (jud. Argeş, la 120 km nord-vest de Bucureşti). Aici, în pădurea de pe dealul Nucet, au avut loc zeci de observaţii de lumini strălucitoare, mişcându-se pe cer, noaptea.

Şi C.B. din Braşov mi-a relatat mai multe întâmplări puse pe seama ielelor, petrecute în satul său natal din Transilvania, Bogata Olteană (40 km nord-vest de Braşov). În cele ce urmează, voi rezuma doar două dintre acestea.

Prima este o veche legendă, transmisă din generaţie în generaţie. Un ţigan care s-a stabilit aici, la marginea satului, era poreclit „Graurul", fiind un foarte bun lăutar. Tineretul se aduna adesea în casa lui să se distreze ascultându-i muzica. La un moment dat, s-a aflat că el ar şti „Cântecul şoimaielor", iar tinerii l-au rugat să li-l cânte. La început „Graurul" a refuzat, spunând că se teme de răzbunarea ielelor pentru divulgarea melodiei secrete. În cele din urmă însă a cedat. Uşa a fost încuiată, iar ţiganul înconjurat de curioşi. Dar nici n-a atins bine coarda cu arcuşul „că o forţă nevăzută a deschis uşa brusc, iar pe feciorii care ţineau de uşă i-a aruncat pe jos". „Graurul" a fost răpit fulgerător şi a fost găsit abia după vreo trei zile; devenise închis, rezervat şi tăcut.

Al doilea caz s-a petrecut prin anii 1920. Localnicul Onea, pe drum spre un izvor, a fost tăvălit printre brazi şi apoi luat pe sus. Un vecin voinic, venind pe cărarea dinspre sat, l-a văzut şi l-a prins de picioare. Spunea că a fost şi el târât, până a reuşit să-l oprească, dar n-a văzut pe nimeni altcineva în afară de Onea. L-a luat în spate şi l-a dus acasă ca mort. Lumea spunea că „a fost luat de şoimane". Nici după ce un grup de preoţi i-a făcut maslu nu s-a putut ridica. Şi-a revenit abia după vreo şase luni, dar n-a mai fost ca înainte. În schimb „învăţase" să cânte din fluier. C.B. mai spunea că Onea, atunci deja în vârstă, i-a povestit odată că, în acel incident, a venit spre el un grup dens de scântei, ca un roi de albine, care l-a izbit de pământ şi l-a tăvălit printre brazi. Apoi s-a văzut înconjurat de ochi foarte strălucitori de toate culorile... După aceea, nu-şi mai amintea nimic.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Oamenii cu şase degete. La picior!

Canionul Chaco, New Mexico, SUA. Aici, pe o zonă ce acoperă un teritoriu cu suprafaţa comparabilă cu cea a Irlandei, s-a dezvoltat misterioasa civilizaţie Anasazi, între secolele al VI-lea şi al XIII-lea, însă vestigii legate de vânătorii-culegători au fost datate la peste 5.000 de ani în urmă. De remarcat că actualele triburi Hopi şi Zuni din Arizona consideră că vechea populaţie Chaco reprezintă strămoşii lor. Ceva mai departe, acelaşi lucru este susţinut de Navajo.

O descendenţă misterioasă

Organizarea membrilor Chaco rămâne un mister. Se cunosc doar anumite detalii legate de ierarhia socială, datorită numărului mare de locuinţe ce regrupau o elită formată din câteva mari familii conducătoare, înconjurate de structuri mai mici locuite de familii modeste, de preoţi şi de anumiţi demnitari.

În cadrul unui studiu despre Chaco, un amănunt total-mente neobişnuit a atras atenţia: o curiozitate sau mai degrabă bizarerie genetică. Există şi studii comparative ADN care nu sunt legate de particularitatea respectivă, dar atestă descendenţa tuturor scheletelor analizate dintr-o elită care s-a aflat la conducere timp de 330 de ani – sau 10 generaţii – cu o singură „mamă originară": posibil, o veritabilă dinastie matriarhală.

Totuşi, una dintre particularităţile cele mai şocante ale vechii populaţii se referă la picioare: foştii locuitori din Chaco Canyon aveau câte şase degete la fiecare picior, iar arta rupestră din zonă include şi reprezentări ale acestor picioare nemaiîntâlnite la oamenii normali!

Straniile picturi rupestre din Pueblo Bonito

Persoanele cu câte un deget în plus la fiecare picior par să fi fost considerate „speciale" de vechii Chaco. Amprente de paşi, dar şi de mâini cu câte şase degete apar, de asemenea, pe mai mulţi pereţi de stâncă din platoul Pueblo Bonito. Patricia Crown, de la universitatea din Albuquerque, afirmă că „Persoanele care aveau câte şase degete purtau asupra lor o anume onoare socială în societatea Chaco."

O revistă cu scheletele şi artefactele descoperite la Pueblo Bonito a identificat în mormintele cercetate trei indivizi cu câte şase degete la picioare. Un singur caz dintre acestea fusese deja remarcat: un bărbat plasat într-un loc nu tocmai privilegiat. Nu se ştie însă de când au început să se nască în vechime oameni cu şase degete la picioare şi/sau la mâini, în sud-vestul actualelor SUA, situaţie privitoare astăzi la circa 2,4 persoane din 1.000.

Zei sau pământeni?

Arta rupestră din Chaco Canyon reprezintă circa 800 de picioare umane, aproape toate având între trei şi opt degete! De asemenea, din 13 sandale descoperite la Pueblo Bonito, şapte includ extensii ţesute pe marginea exterioară pentru cel de-al şaselea deget.

Foarte interesant, vechile culturi din sudul Mexicului şi din America Centrală reprezintă uneori zeităţi având câte şase degete. Să fi devenit unii pământeni, posibili descendenţi ai acelor fiinţe considerate zei, un fel de moştenitori genetici ai respectivelor caracteristici bizare semnalate?

Marea civilizaţie Anasazi, dispărută misterios acum peste 700 de ani, rămâne cea mai fascinantă din America de Nord. Aceşti oameni aveau cunoştinţe de astronomie foarte avansate, construcţiile lor înalte de până la şase etaje au fost cele mai impozante până în secolul al XIX-lea, tehnicile de irigaţii şi de ţesut sunt şi azi de invidiat, iar infrastructura de drumuri îi uimeşte pe constructori. Dar, destul de straniu în asemenea condiţii, nu s-a găsit nicio dovadă că ar fi avut o scriere proprie, că ar fi folosit roata ori că posedau o anume formă monetară. Şi, mai ales, nu se ştie unde au „plecat" şi mai ales cine sunt (dacă mai există!) urmaşii locuitorilor Canionului Chaco.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Hipotensiunea

Chiar dacă de regulă hipertensiunea se bucură de mai multă atenţie, nu trebuie ignorată nici hipotensiunea.

Uneori, un regim de slăbit sever poate şubrezi sănătatea şi poate genera unele crize de hipotensiune. Inima bate slab, iar tensiunea coboară până în jur de 10/6. Pentru a vă întrema se recomandă să mâncaţi, desigur, ponderat şi să beţi lichide suficiente.

Este recunoscut faptul că hipotensivul leşină în locuri aglomerate, precum şi faptul că se simte rău în încăperi mici sau în camerele unde nu este suficient aer. În privinţa randamentului hipotensivului, acesta este unul scăzut. În acelaşi timp se ştie că hipotensivul poate avea antecedente în familie. Cum îl putem ajuta?

Atunci când are o criză, hipotensivul trebuie întins pe canapea, cu o pernă sub gambe. Se desfac nasturii, cordonul sau cureaua şi se aerisește foarte bine încăperea. I se dau pacientului cât mai multe lichide şi i se frecţionează mâinile şi picioarele. Nu uitaţi că lipsa irigării creierului poate avea efecte dramatice.

O consecinţă a hipotensiunii, a crizelor de acest fel poate fi pierderea temporară a memoriei şi a orientării în timp şi în spaţiu. Gestul cel mai important pe care trebuie să îl faceţi este de a chema medicul.

Şi încă un sfat. Hipotensivii (ca şi hipertensivii, de altfel) au nevoie de mai mult timp pentru a se ridica din poziţia orizontală. La schimbarea poziţiei corpului, tensiunea scade şi la cei cu limite normale, însă fenomenul poate fi dezastruos pentru hipotensivi.

Dr. VALERIU MANTA

Marea albastră

...se asortează perfect cu albul imaculat al bluzelor ample sau al rochiilor cu multiple volane şi dantele. Dar şi cu nuanţa ivoir a pantalonului masculin din pânză (de bumbac), lejer, cu croială dreaptă.

Se poartă şi albastrul, dar şi culorile vii, care vă scot în evidenţă frumuseţea bronzului.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Stresul şi sănătatea

Zilnic simţim stresul vieţii cotidiene. De modul în care îi facem faţă depind relaţiile cu ceilalţi, succesul personal sau profesional şi starea noastră de bine.

Ce este, totuşi, stresul? Orice factor exterior care provoacă organismului tensiune şi o reacţie de alarmă, răspunde succint dr. Laura Ene, medic nutriţionist. Fie că este vorba despre prea multă muncă, aglomeraţia din trafic sau aşteptările celor dragi, fiecare factor de stres poate declanşa reacţii chimice care pot afecta organismul într-un fel sau altul.

Cum anume afectează stresul şi cum îl putem combate?

■ Stresul reprezintă una dintre principalele cauze ale îngrăşării. Atât la femei, cât şi la bărbaţi, stresul blochează arderea grăsimilor, creşte apetitul şi mai ales pofta de dulciuri. Creierul suprasolicitat şi stresat are o nevoie stringentă de energie, totul întreţinând un consum alimentar excesiv şi, inevitabil, ducând la îngrăşare. Dar acesta este doar vârful aisbergului.

■ Stresul influenţează negativ activitatea inimii şi a vaselor de sânge. Astfel, micile pusee de hipertensiune arterială (peste 135/85 mmHg), pe care mulţi dintre pacienţii de peste 40 de ani le pun pe seama stresului din trafic, a oboselii etc., cresc în mod semnificativ şansele de apariţie a bolilor cardiace, dacă reacţia la stres este declanşată în mod repetat. În plus, persoanele care sunt stresate prezintă o probabilitate mai mare de a fuma sau de a consuma alcool în exces şi una mai mică de a fi active din punct de vedere fizic.

■ Potrivit ultimelor studii, se pare că stresul creşte riscul de a dezvolta deficienţe cognitive care pot duce mai târziu la Alzheimer.

Stresul poate influenţa inclusiv sistemul digestiv. De la stres prelungit pot apărea probleme digestive precum constipaţie, diaree sau sindrom de colon iritabil, balonare excesivă, gastrită sau probleme cu colecistul.

■ Stresul poate avea efecte şi asupra pielii, putând declanşa pusee acute de psoriazis, dermatite atopice sau alte boli de piele precum agravarea acneei rozacee.

■ De asemenea, stresul se poate manifesta prin senzaţii de sufocare, de nod în gât, atacuri de panică, anxietate persistentă sau chiar depresie.

■ Nu în ultimul rând, stresul ne poate afecta imunitatea. El poate avea efecte potenţial dăunătoare asupra anumitor celule protectoare, a căror activitate va avea de suferit. Viruşii pot exploata vulnerabilitatea creată de stres, astfel că ne putem îmbolnăvi mai des sau putem face forme mai severe de răceală sau gripă, de exemplu.

■ Stresul poate să fie extrem de nociv dacă îl lăsăm să pătrundă în viaţa noastră, ne avertizează dr. Laura Ene. El conduce la scăderea calităţii vieţii şi de cele mai multe ori la îmbătrânire prematură. Din fericire însă există multe tehnici de management al stresului.

Aşadar, cum să combateţi stresul?

■ În primul rând vă recomand să aveţi o alimentaţie corectă, însoţită de mişcare şi hidratare. Mai exact, să respectaţi cele trei mese principale ale zilei, să alegeţi ultima masă să fie mai uşoară, pentru a pregăti corpul să se regenereze în timpul nopţii. Şi să faceţi cel puţin 5.000 de paşi pe zi şi să beţi cel puţin 25 ml de apă pe kilogram corp.

■ Somnul este foarte important pentru funcţionarea organismului nostru. Perioadele îndelungate în care nu dormim atât cât trebuie ne pot provoca multe probleme de sănătate. Aşa că dormiţi cel puţin 7 ore pe noapte, dintre care minim una înainte de ora 24.

■ Perioadele regulate de relaxare ajută la eliminarea stresului, astfel încât să nu ajungem în punctul în care organismul nostru să cedeze. Găsiţi-vă o activitate preferată la care să recurgeţi atunci când simţiţi nevoia unei detensionări. Puteţi să ieşiţi la o plimbare în parc, să mergeţi la o piesă de teatru sau un film, să citiţi, să faceţi o meditaţie, să ascultaţi un audiobook, muzică sau orice altceva ce vă face plăcere.

■ Există câteva alimente care ne pot creşte starea de bine prin textură, aromă sau pur şi simplu prin conţinutul de triptofan, precursorul serotoninei supranumită „hormonul fericirii".

Aşa că, în perioadele în care vă simţiţi mai stresat alegeţi un fruct zemos sau o cană de ceai. Studiile au arătat că cei care beau ceai negru au un nivel de cortizol – hormonul stresului – mai scăzut după diverse situaţii stresante decât alte persoane.

De asemenea, în loc să „ronţăiţi" ciocolată, preparaţi-vă o cană de cacao caldă, cu îndulcitor, în care să adăugaţi aroma preferată (esenţă de rom, de vanilie sau de migdale). Vă asigur că are acelaşi efect de detensionare şi inducere a bunei dispoziţii.

În ceea ce priveşte alimentele bogate în triptofan, acestea sunt laptele, bananele, pieptul de curcan sau legumele cu frunze verzi. Încercaţi să consumaţi cât mai multe dintre acestea atunci când traversaţi perioade stresante. De exemplu, un milkshake dintr-o banană mică şi o cană de lapte degresat poate fi un mic dejun sau o gustare excelentă, iar pentru cină puteţi alege o salată generoasă din legume verzi şi colorate, cu piept de curcan la grătar însă indiferent de ce, cât şi cum mâncaţi nu uitaţi să vă bucuraţi de lucrurile mărunte.

„Bucuraţi-vă de lucrurile mărunte în viaţă, căci într-o zi vă veţi uita înapoi şi veţi realiza că erau lucruri mari." – Kurt Vonnegut

Gastronomice

Musaca de vinete cu carne

2 vinete, 2 cepe, 2 căţei de usturoi, 500 g carne tocată, 2 linguri bulion, 500 ml supă de vită, 4 cartofi semifierţi, sare, piper, 300 ml ulei de măsline.

Pentru sos: ***30 g unt, 30 g făină, 300 ml lapte, 2 ouă, 50 g caşcaval ras.***

Se taie vinetele felii, se presară cu sare şi se lasă o oră să iasă apa din ele. Apoi se usucă şi, în 200 ml ulei încins, se rumenesc uşor, pe ambele părţi. Se scot pe şervetele absorbante. În 100 ml ulei încins se pun la călit carnea, ceapa tocată şi usturoiul. După ce şi-a schimbat culoarea, se pune bulionul dizolvat în supă de vită. Se lasă pe foc 15 minute, amestecând din când în când. La final, se potriveşte de sare şi piper. Se face sosul bechamel, pentru care se separă ouăle, iar albuşurile se bat spumă. Într-o tigaie se topeşte untul, se adaugă făina, se trage de pe foc şi se stinge cu lapte. Se pun gălbenuşurile, caşcavalul ras şi imediat, albuşurile bătute spumă. Într-un vas de cuptor, se pun straturi de vinete, sos de carne şi cartofi, până la terminarea ingredientelor. Se toarnă sosul şi se dă vasul la cuptor pentru 40 minute.

Cartofi cu carne

400 g carne de vacă, 500 g cartofi, 4 cepe mici, 2 linguri ulei, 2 linguri bulion, verdeaţă, cimbru.

Se fierbe înăbuşit în ulei şi puţină apă carnea tăiată în bucăţi potrivit de mari, împreună cu ceapa. Când carnea este aproape fiartă se adaugă cartofii tăiaţi cuburi. Se lasă să fiarbă pe plită sau se dau la cuptor. Când cartofii sunt fierţi se pune bulionul desfăcut în puţină apă, verdeaţa, cimbrul şi eventual o foaie de dafin.

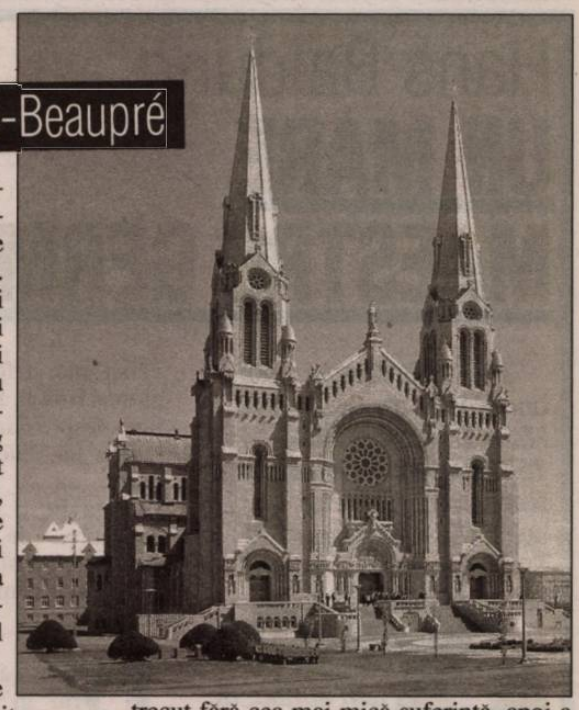
Chec cu cireşe

2 ouă, 10 linguri zahăr, 250 g făină, 8 linguri lapte, 1 praf de copt, cireşe proaspete sau din compot.

Se amestecă bine toate ingredientele fără a face cocoloaşe, se adaugă praful de copt şi se mai amestecă până se încorporează. Compoziţia se toarnă într-o tavă unsă cu ulei şi tapetată cu făină, se pun deasupra cireşele, cărora li s-au scos sâmburii. Între timp se încinge cuptorul la foc mare. După ce se bagă tava în cuptor se lasă circa 10 minute la foc mare după care se ţine la foc mic până se rumeneşte. Când este gata se pudrează cu zahăr farin.

Pagină realizată de ECATERINA BĂTRÂNEANU

MIRACOLELE de la biserica Sainte-Anne-de-Beaupré



Bazilica din Sainte-Anne-de-Beaupré este considerată unul dintre locurile de înaltă spiritualitate din Canada, datorită nenumăratelor miracole petrecute aici. Situată nu departe de Quebec, ea reprezintă şi un obiectiv de pelerinaj intens. Ridicată în 1658 în onoarea Sfintei Ana, mama Fecioarei Maria şi bunica lui Iisus, ea a cunoscut de-a lungul timpului numeroase transformări arhitecturale.

Loc de înaltă spiritualitate

Iniţial, pe locul respectiv a fost o capelă construită de pescarii bretoni salvaţi de la o pieire iminentă din furia unei furtuni pe mare, datorită rugăciunilor lor către Sfânta Ana. În acelaşi an, un lucrător local a fost vindecat în mod miraculos de o maladie foarte ciudată: prima minune dintr-un lung şir de tămăduiri nesperate. Totuşi, fiind construit prea aproape de fluviu, edificiul a suferit daune, fiind reconstruit ulterior mai către vest, pe un teren mai solid. Însă odată cu trecerea anilor intemperiile au ajuns să ameninţe sfântul lăcaş cu ruinarea, astfel că a fost demolat în 1876.

Noua biserică a fost înălţată începând din anul 1872 la sud de vechea capelă, dar din nefericire a fost distrusă de un incendiu puternic, în 19 martie 1922. Un an mai târziu a început reconstrucţia, fiind inaugurată abia în 1976. Totuşi, ea a rămas în continuare cu părţi neterminate, ceea ce nu a împiedicat continuarea cu o frecvenţă uluitoare a miracolelor (se spune că în medie acestea sunt circa 40 pe an), cele mai curente fiind vindecările de cancer, de maladii rare, depresii sau adicţii. În interior, lângă cei doi piloni centrali sunt depuse candele, fotografii, mesaje, de către foştii bolnavi care au scăpat în mod miraculos de ameninţările afecţiunilor lor. Bizar, şi totuşi...

Minunea unei vindecări inexplicabile

O anume doamnă Levis, de 50 de ani, localnică din apropiere de Quebec, îşi povesteşte experienţa tulburătoare. „Într-o seară de septembrie din 2001 m-am dus la socrii mei să culeg cartofi, recolta a fost foarte bună, dar m-am întors cu o durere de spate în zona lombară destul de supărătoare, totuşi fără să mă îngrijorez. A doua zi de dimineaţă m-am trezit cu spatele

săgetat de o durere foarte puternică, ce a persistat şi în săptămânile următoare, 24 de ore pe zi, însă m-am gândit că va trece. După 6 luni de dureri intense, zi şi noapte, am mers la medic, mi s-au făcut exmene radiologice şi mi s-au depistat trei puncte cu hernie de disc. În concluzie, trebuia să mă operez ca să nu ajung într-un scaun rulant. Au trecut alte 6 luni şi boala s-a agravat, îmi foloseam picioarele cu mare greutate, nervii erau comprimaţi pe discurile intervertebrale, aşa încât numai ca să urc treptele casei aveam nevoie de sprijinul soţului meu.

Îmi petreceam în pat aproape toată ziua, aşa că am început să citesc revistele din Sainte Anne de Beaupré. De atunci, am început să mă rog la Sfânta Ana să mă vindece, de câte ori îmi citeam revistele, cu toată convingerea că voi reuşi să scap de suferinţe. În dimineaţa în care am stabilit împreună cu specialistul data operaţiei, m-am ridicat şi nu mai aveam nicio durere. Am fost invadată de bucurie şi m-am apucat de ordine prin casă, convinsă că nu o voi putea face mult timp şi că de a doua zi durerile vor reapărea. Dar săptămâna a trecut fără cea mai mică suferinţă, apoi a trebuit să merg la un nou control medical.

După refacerea analizelor, medicul mi-a spus că nu înţelege ce se petrecuse cu mine: nu mai aveam dureri şi mergeam mai bine ca oricând, ceea ce teoretic era imposibil cu trei hernii discale, cu discuri distruse şi fără vreo intervenţie chirurgicală. Totuşi, din 2001 nu am mai avut niciodată dureri de spate. Toată suferinţa mea cumplită şi aproape fără speranţă de vindecare durase 18 luni. Acum am 55 de ani, lucrez în sistemul de sănătate şi sunt nevoită să ridic greutăţi mari, dar mă simt mai în putere şi mai sănătoasă decât la 20 de ani. Aşa că vă sfătuiesc să credeţi în Sfânta Ana, rugaţi-o să vă ajute şi ea o va face, dacă sunteţi sinceri!"

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 de locuri de văzut în România

Peştera Huda lui Papară

Situată în Munţii Apuseni, în grupa munţilor Trascău, Peştera Huda lui Papară este una dintre cele mai spectaculoase peşteri din ţară, situându-se în topul superlativelor pentru cea mai lungă, cea mai denivelată, cea mai dificilă, cea mai înaltă astfel de formaţiune naturală din Munţii Apuseni.

De asemenea, Peştera Huda lui Papară deţine şi câteva recorduri europene, fiind peştera cu cea mai mare colonie de lilieci, cu cea mai mare cascadă, cu cele mai lungi şi mai numeroase excentrite (stalactite crescute strâmb). În anii 2007-2008, cercetătorii au descoperit aproximativ 84.000 de lilieci din nouă specii. Numărul cel mai mare de lilieci este dat în special de patru specii. Una dintre acestea formează colonii de până la 750 de exemplare, care, de asemenea, reprezintă un record european.

Cu toate că nu mai poate fi vizitată în interior de câţiva ani, accesul fiind blocat de alunecările de teren, locaţia atrage anual mii de turişti, încântaţi de peisajul sălbatic, absolut mirific, al zonei. Denumirea peşterii are la origine un regionalism, „huda", care înseamnă cale îngustă, groapă, gaură în pământ, iar „papară" poate avea la origine cuvântul de origine latină „papa", ce înseamnă conducător religios. Aşadar, Huda lui Papară ar putea însemna „casa conducătorului religios". De altfel, vestigiile descoperite aici atestă faptul că peştera ar fi fost folosită pe vremea dacilor ca locuinţă şi loc de cult.

Legenda spune, de asemenea, că Zamolxes, zeul dacilor, s-a retras într-o peşteră din Trascău, cea mai mare şi mai vizibilă. Aceasta ar putea fi Huda lui Papară. Peştera este o adevarată reţea subpământeană, o enormă succesiune întortocheată de tuneluri, palate şi săli fie înalte, fie înguste, cu denumiri sugestive: Sala Minunilor, Sala Virgină, Labirintul Luduşan, Sala Tăcerii sau Sala Crucii cu Sifonul.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Viforâta

Înălţată în satul al cărui nume îl poartă, din comuna Aninoasa, judeţul Dâmboviţa, Mănăstirea Viforâta, cu obşte de maici, are hramurile Sfântul Gheorghe, pentru biserica mare şi Sfântul Proroc Ilie, pentru paraclis. Se află la o distanţă de circa 7 kilometri de Târgovişte, iar tradiţia şi chiar unele documente spun că pe locul actualei mănăstiri a existat o mai veche biserică de lemn, de pe la jumătatea secolului al XV-lea, ctitorie a lui Vladislav Voievod Basarab (1447-1456).

Mănăstirea a fost construită în 1530, de Vlad Vodă înecatul, fiul lui Radu cel Mare, ctitorul Mănăstirii Dealu. Era un semn de mulţumire pentru victoria voievodului de la Vişoara, din anul respectiv.

Este atestată documentar în 1537 şi în 1635 este refăcută din temelii de Matei Basarab, moment în care călugării greci care se aflau aici sunt înlocuiţi cu călugăriţe. Biserica este serios reparată şi restaurată de Constantin Brâncoveanu în 1712-1713, cu banii familiei princiare. Acum a fost pardosită cu piatră biserica, s-a refăcut pictura originală, s-au reînălţat zidurile de incintă şi s-au adăugat chiliilor vechi altele noi. Cutremurul din 1802 produce grave avarii, remediate de banul Grigore Brâncoveanu, care porunceşte schimbarea picturii, înlocuind chipurile unora dintre ctitori cu figura sa şi a altei persoane apropiate. Din fericire, o spălare ulterioară a picturii a

eliminat aceste adaosuri, scoţând la lumină chipurile vechilor ctitori.

Cutremurele ulterioare au adus şi ele alte pagube bisericii. În urma celui din 1940 s-a dărâmat clopotniţa, dar în 1960-1962 a fost refăcut întregul ansamblu, s-au introdus gaze, apă curentă şi electricitate.

Cutremurul din 1970 a zdruncinat temeliile de piatră şi lucrările de restaurări s-au încheiat abia în 1990.

Mănăstirea aparţinea de Arhiepiscopia Bucureştilor şi era destinată găzduirii maicilor bătrâne şi preoteselor rămase văduve, fără vreun sprijin, dar, din anul 2000, a trecut sub jurisdicţia Arhiepiscopiei Târgovişte.

Biserica este ridicată în stil bizantin-muntenesc, cu influenţe neoclasice. Pe alocuri se păstrează porţiuni de frescă brâncovenească, ultima pictură fiind cea din 1913 şi purtând semnătura pictorului V. Georgescu.

Catapeteasma, în stil baroc, din lemn de tei aurit, este opera lui Karl Storck, ca şi mobilierul executat în 1869.

Mănăstirea este unica din ţară cu două starеţe – cea bătrână şi cea tânără –, fiind considerate absolut necesare experienţa primeia şi puterea de muncă a celeilalte.

Muzeul mănăstirii expune obiecte de mare valoare: icoane, carte veche, obiecte de cult, iar în cimitirul acesteia trebuie remarcat monumentul funerar al generalului Matei Vlădescu, erou al Războiului de Independenţă, cel al profesorului Vasile Vizante, apărătorul răsculaţilor din Giurgiu la 1873, precum şi cel al Părintelui Dornetie, care zeci de ani nu a lipsit de la nicio liturghie.

Apărată de ziduri cu lăţimea de peste un metru, Mănăstirea Viforâta îi aşteaptă primitoare pe toţi cei care doresc să-i treacă pragul cu credinţă în suflet.

IRINA STOICA

Hans Baldung, UN MARE MAESTRU GERMAN

Provenit dintr-o familie onorabilă, fiu de avocat, Hans Baldung (1480-1545) a fost un maestru al Renașterii germane specializat în gravuri în lemn și pictură pe panel. Urmaș al lui Albrecht Dürer, el a fost obsedat, putem spune, de imaginea morții. Poate și de aceea influența colosalei arte italiene a vremii l-a cam lăsat indiferent. Baldung și-a găsit foarte repede propriul stil, iar firea sa de om „poznaș" l-a determinat să creeze un statut ușor disprețuitor față de femeie.

Nuanțele misogine ale picturilor și gravurilor sale grotești (care uneori alunecă de la erotism la pornografie) atrag atenția și astăzi prin prospețimea unui spirit ludic pe care-l mai găsim decât la „umoristul" desăvârșit care a fost Hieronymus Bosch. Se știu puține despre viața personală a lui Baldung, însă relația sa cu dragostea pare să fie o experiență nefericită, de care se amuză el însuși, cu o tristețe și dezamăgire bine mascate.

Vrăjitoare

Poate că definitoriu în acest sens este excepționala gravură în care marele Aristotel – un bătrân cu barbă, gol-pușcă și în patru labe – este călărit de o femeie tânără, planturoasă, care-l biciuiește, ca într-o indubitabilă scenă de masochism. Știm că marele filosof, elev al lui Platon și dascăl al lui Alexandru Macedon, era un misogin notoriu, el considerând femeia o „ființă aproape umană". Baldung pare că-l pedepsește pe Aristotel pentru disprețul slab argumentat față de femeie, dar de fapt el ironizează „femela care se crede deasupra lucrurilor".

Eva

Aristotel călărit

Și totuși, acest artist cu totul individualizat de ironiile sale antifeministe *avant la lettre*, a avut și momente în care a privit-o cu o oarecare compătimire. Mai multe variante ale „Păcatului originar" o ilustrează pe Eva ca fiind suavă și fermecătoare, Adam fiind personajul negativ, care-i oferă mărul vrajbei cu Creatorul. Femeia este în aceste picturi pusă în evidență cu înțelegerea deplină a farmecului ei, iar senzualitatea pe care i-o oferă maestrul este sinceră. Numai că același artist o caricaturizează fără milă în multe alte capodopere, în special în celebra lucrare „Cele șapte vârste ale femeii". Din pruncie și până la senectute, Baldung vede femeia transformându-se dintr-o făptură irezistibilă și maternă într-o ființă de-a dreptul respingătoare, hidoasă, demnă de milă.

În posteritate, Hans Baldung parcă s-a ținut de șotii. Lucrarea sa „Eva, șarpele și moartea" a fost atribuită timp de peste o sută de ani lui Lucas Cranach cel Bătrân. Abia prin 1965, experții de la Sotheby's au restabilit paternitatea... În treacăt fie spus, acest mare maestru german a fost un ciudat „admirator" al vrăjitoarelor, în contextul în care femeia, deși „inferioară", poate dobândi puteri inaccesibile omului de rând. De fapt, vraja este adevărata putere a femeii și modalitatea ei de supraviețuire. El s-a dedicat „femeilor care au pactizat cu diavolul" în prima jumătate a secolului al XVI-lea, când vânătoarea de vrăjitoare nu luase amploare. Hans Baldung a iubit și a compătimit femeia, făcând-o incapabilă să se lupte cu timpul. Sunt elemente care au trecut de la Aristotel la Nietzsche, a cărui operă poate fi ilustrată cu lucrările lui Baldung.

Femeia la bară

Australianca Eva Clarke a reușit să facă, în 24 de ore (cu pauze) 3.737 tracțiuni la bară. Docilă, bara ar mai fi răbdat câteva...

ZIGZAG în timp și spațiu

Un loc strâmt pentru Modestie

Nu spunem nicio noutate: un candidat la o funcție înaltă în stat va vorbi la persoana întâi despre realizările și proiectele sale. Ești tentat să crezi că individul are ceva mesianic în destinul său de om oarecare cu aspirații „celeste" – condiție din care evadează prin promovare sau parvenire, cum doriți să-i spuneți. Preopinentul, speriat că i se poate șifona destinul, intră cu baltagul în mândria contracandidatului, pentru a se evidenția pe sine. Sunt aceste atitudini dăunătoare sau sunt un simplu spectacol, adesea jenant?

În mentalitatea Antichității, cea mai mare culpă privind mândria era să-i discreditezi pe zei. A te autoidolatriza constituia un păcat de moarte. Astăzi, în lumea catolică, mândria face parte din lista celor șapte păcate de moarte. Tot în lumea Antichității, mândria a condus la nesfârșitele războaie de cucerire și o butadă ne spune că Alexandru cel Mare a plâns când a aflat că nu mai are nimic de cucerit. Nu cumva campaniile lui Napoleon au o nuanță asemănătoare?

Puținele exemple de mai sus dovedesc faptul că natura umană nu se schimbă. Numai că psihiatrii și psihologii susțin că „un dram de mândrie" este necesar oricărei personalități. Și asta, pentru că pierderea stimei de sine este foarte dăunătoare pentru destinul oricui. Poate duce la adânci depresii și chiar la suicid. De altfel, Freud spunea că narcisismul este o latură importantă în dezvoltarea individului și-l numea „mândrie sănătoasă" (părerea părinților despre propriile odrasle). Părinții trebuie să stimuleze încrederea de sine a copiilor, pentru a-i împiedica să se simtă inferiori altora. Dar ce se întâmplă cu faimosul covor roșu de la Hollywood, unde actrițele pășesc convinse că au cucerit lumea și că gloria lor este infailibilă? A greșit și John Lennon când a spus că trupa Beatles a devenit mai populară decât Christos?

Mândria exacerbată a unora îi jignește pe ceilalți. În SUA s-a desfășurat un sângeros război pentru abolirea sclaviei, iar „Coliba unchiului Tom" este o capodoperă în acest sens. De altfel, și astăzi mândria apartenenței la o anume etnie și chiar națiune este frecventă. Însă mândria italianului de a fi conațional cu Michelangelo (de exemplu) nu poate fi comparată cu mândria românului de a fi conațional cu Enescu sau a americanului cu Neil Armstrong, sau a rusului cu Ceaikovski etc. Este genul de mândrie discutabilă. Se spune că dacă împăratul Japoniei ar fi capitulat mai devreme, tragediile de la Hiroshima și Nagasaki nu ar mai fi existat. Dacă Imperiul Roman, de la Caligula citire, ar fi revenit la decență, poate soarta Europei ar fi fost mai blândă. Evident, mândria dusă la extrem este distructivă.

Deseori, în artă mândria este simbolizată de păun. În termeni biblici, ea este „prostituata din Babilon". În Oxford Dictionary, termenul de mândrie are etimonul în cuvântul latinesc pentru „avantajos, profitabil, util". Cu acel termen se autocaracterizau cavalerii normanzi, încercând să-i umilească pe cei anglo-saxoni. Nietzsche spunea că fără mândrie rămânem niște sclavi...

Pagină realizată de
PAUL IOAN

A fost omul pe Lună?

Există oameni care vorbesc mult și spun puține. Așa se umplu ziarele și emisiunile tv. Pentru textul de față am ales un altfel de om, în legătură cu teoria conspirației. El se numește James Longuski și este profesor de astronautică la Purdue University, statul american Indiana.

Despre „făcătura" numită „Primul om pe Lună", el a spus doar atât: „Este mai ușor să trimiți doisprezece astronauți pe Lună (atâția câți au fost în misiunile Apollo reușite – n.n.), decât să faci patru sute de mii de persoane să țină un secret atâția ani". De fapt, numărul de persoane implicate (de la tehnicieni, la experți NASA și colaboratori din diverse ramuri tehnologice) este mai mare. Cazul Bob Lazar (care a vorbit despre OZN-urile fabricate sau capturate din Zona 51) este cea mai bună dovadă că mulți trăiesc din aruncarea de bombe ziaristice pe piață și o duc bine. Dar a fost omul pe Lună? Dacă Longuski răspunde afirmativ cu o logică imbatabilă, mulți alți oameni de știință au luat, punct cu punct, toate anomaliile aduse la lumină de susținătorii înscenării aselenizărilor pe Lună din cadrul programului Apollo. Chiar și faptul că steagul SUA pus acolo ba flutură, ba stă țeapăn a fost explicat prin suflul aerului condiționat din pachetul de supraviețuire al astronauților, pe Lună neexistând vânt.

Neil Armstrong

Richard Nixon a fost un adversar al programului Apollo și a pierdut alegerile din 1960 în favoarea lui Kennedy, care îl susținea și care afirma că în acel deceniu americanii vor ajunge pe Lună. Apollo 11 a fost un succes în 1969. Apoi, cei care susțineau că programul Apollo a fost „doar o diversiune pentru mult-hulitul război din Vietnam" – prea îi înjura lumea pe americani! – trebuiau să admită că ultima misiune, Apollo 17, s-a petrecut în 1972, iar SUA s-au retras din Indochina în 1975. Asta ar spune totul despre „războiul rece", mai ales că URSS nu a contestat niciodată, prin nicio voce, succesul aselenizărilor și a preferat să trimită roboți pe Lună, poate și din motive financiare, deși era mai avansată decât SUA în deceniul șase.

Legat de proveniența celor 382 de kilograme de rocă lunară, comunitatea științifică mondială a recunoscut diferențele uriașe față de rocile de pe Terra, iar rușii au admis că sunt identice cu mostrele aduse de ei cu ajutorul roboților. Și totuși, mai există „șopârle". De ce?

Ştiaţi că...

◆ *...luna ianuarie a fost introdusă în calendarul roman în jurul anului 700 î.Hr? Până atunci anul avea doar 10 luni (304 zile).*

◆ *...feţele de masă au fost concepute iniţial pentru a fi folosite de oaspeţi ca prosoape? De marginile lor se ştergeau pe mâini.*

◆ *...primul calculator electromecanic programabil, Colossus, a fost inventat în 1943 de Tommy Flowers? A fost folosit de britanici în Cel de-al Doilea Război Mondial pentru a decripta mesajele codate ale germanilor.*

◆ *...primul vas cu aburi care a traversat Atlanticul a fost Savannah? În 1819 a parcurs traseul în 31 de zile şi 4 ore, dar 87% din durata totală a călătoriei vasul a mers cu pânzele întinse, propulsat de vânt.*

◆ *...strănutul are o viteză uluitoare? Iese din gură cu o viteză de circa 965 km/h.*

◆ *...un metru cub de aer cântăreşte 1,3 kilograme?*

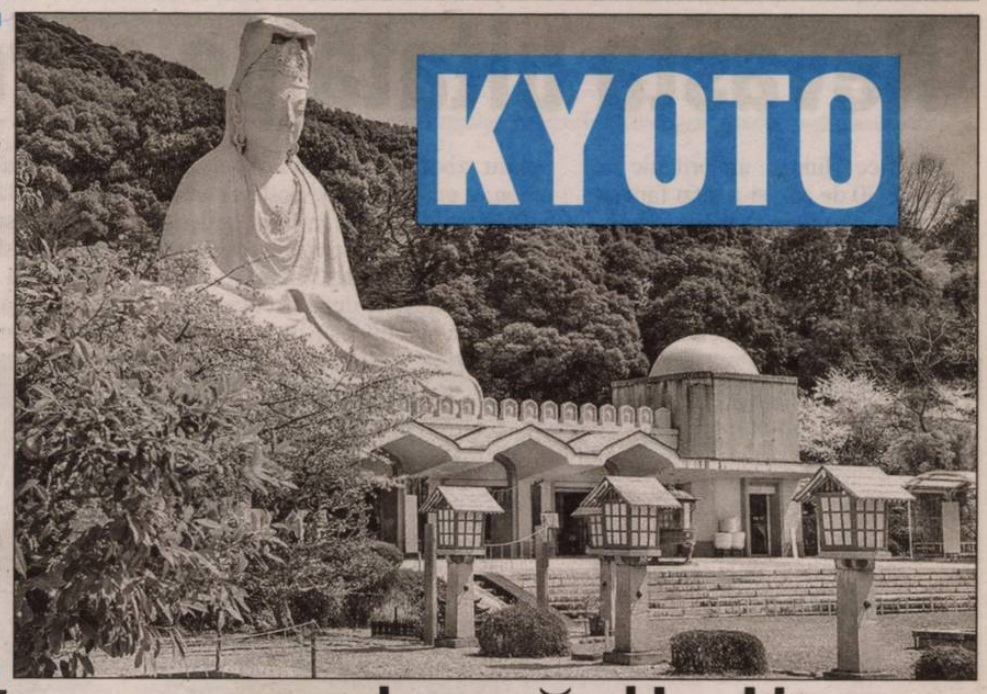
◆ *...primul pod de fier a fost construit la Paris în anul 1803?*

Este „Pont des Arts", peste Sena.

◆ *...sticla poate fi reciclată de nenumărate ori? Nu se descompune în natură sau o face foarte, foarte lent.*

Ştiaţi că...

KYOTO



Situat lângă Osaka, în sudul insulei Honshu, Kyoto este unul dintre cele mai cunoscute oraşe din Japonia. Impresionant datorită peisajului său aproape ireal, este străjuit de munţii care toamna par în flăcări, impresia dată de frunzele roşii ce cad din arţari.

oraşul grădinilor

Fostă capitală imperială între anii 794-1868, proiectată geometric după modelul chinezesc, adică de o simetrie perfectă, cu o reţea de străzi, desfăşoară totuşi o armonie de forme şi culori specifică arhitecturii japoneze.

Scăpat ca prin minune de ravagiile celui de-al Doilea Război Mondial, şi-a păstrat intacte obiectivele culturale, iar grădinile sale Zen sunt vestite în întreaga lume.

În zilele noastre, Kyoto ne apare ca un amestec de temple, de cartiere de afaceri, de parcuri, de moşii regale, dar şi ca metropolă în care tehnologia informaţiilor şi a electronicelor se află într-o continuă ascensiune.

Pe lângă acestea, oraşul rămâne faimos pentru meşteşugurile cu fire de mătase, cu bronz, porţelan, pietre preţioase.

Dintre numeroasele temple budiste trebuie menţionate două, considerate cele mai renumite, Enryaku-ji şi Kinkaku-ji, exemple ale credinţei şi tradiţiei, de unde se înălţau spre cer, spre zeul suprem, cele mai arzătoare rugăciuni. Interioarele erau bogat împodobite cu aur, argint şi pietre preţioase, iar în Kinkaku-ji, supranumit şi „Templul de aur", se spune că ar fi depusă cenuşa lui Buddha.

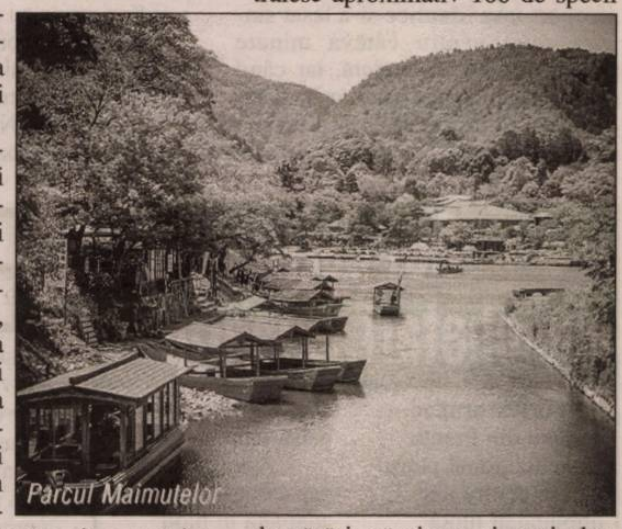
Pe lângă templele budiste, tot în categoria monumentelor istorice sunt integrate şi cele peste 400 de altare Shinto, spaţii mici, dedicate rugăciunilor, evidenţiind sentimentele profund religioase ale locuitorilor.

Templul Kinkaku-ji

Templul Ryoan-ji constituie cel mai frumos exemplu al grădinilor Zen, proiectat astfel încât să inducă o stare de meditaţie. Aici, un strat de pietre albe reprezintă apa, din care se ridică 15 stânci, în filozofia budistă numărul respectiv însemnând împlinire.

Palatul Imperial din Kyoto, terminat în jurul anului 750, a fost reşedinţa familiei imperiale până în 1868, când capitala s-a mutat la Tokyo. Refăcut de opt ori din cauza distrugerilor cauzate de incendii, îşi datorează forma actuală reconstrucţiilor din 1855. Este o structură de dimensiuni impresionante, de circa 32 pe 23 metri, în stil tradiţional nipon, cu o scară străjuită de copaci cu rol simbolic. Remarcabil în interior este tronul împăratului, aşezat pe o platformă octogonală ridicată la înălţimea de 5 metri, subliniindu-se astfel importanţa conducătorului ţării.

Palatul găzduia întâlniri cu oaspeţii străini, audienţe şi cele mai importante ceremonii oficiale, ca încoronarea împăratului şi desemnarea prinţului moştenitor. Deşi alcătuit din mai multe clădiri, ansamblul este unitar, protejat de ziduri şi cu mai multe porţi de intrare.



Parcul Maimuţelor

Castelul Nijo, o altă atracţie a oraşului, a fost reşedinţa primului shogun din perioada Edo (1603-1868), Tokugawa Ieyasu. Urmaşii lui au definitivat construcţia după două decenii şi palatul, alcătuit din numeroase încăperi, legate prin coridoare, este înconjurat de ziduri groase, în interiorul cărora se găseşte şi o admirabilă grădină japoneză.

Pe malul stâng al râului Oi se află Parcul Maimuţelor, cu o vegetaţie bogată, în mijlocul căreia trăiesc aproximativ 100 de specii de păsări, căprioare şi, mai ales, circa 130 de macaci, zburdând liberi.

Zona Ninna-ji este renumită şi ea pentru templele sale, dar şi pentru mulţimea cireşilor, ale căror flori constituie unul dintre simbolurile ţării.

În oraş se organizează şi o serie de festivaluri tradiţionale, care includ spectacole de dans, muzică şi costume specific japoneze.

Simboluri ale umanităţii

Gladiola

Originară din bazinul mediteranean şi din Africa de Sud, gladiola este înrudită cu irisul, având o tijă alungită şi ascuţită spre vârf. De fapt, numele ei vine din latinescul „gladius", însemnând „sabie".

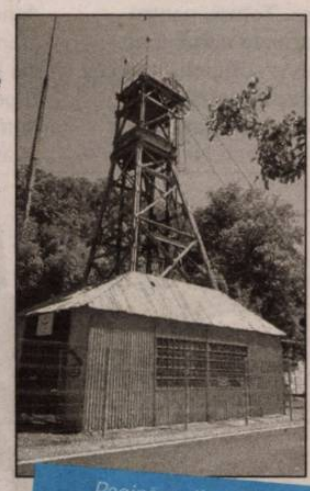
Este considerată floarea aventurierilor şi a aventurii, dar în acelaşi timp este şi un simbol al iubirii. Reprezintă dragostea autoritară, grăbită, care însă cunoaşte renunţarea. Mesajul transmis este deosebit de insistent dar poate fi interpretat şi ca un refuz politicos.

Una dintre legendele privitoare la apariţia gladiolei evocă doi luptători traci, capturaţi de un crud conducător roman şi transformaţi în gladiatori. Prieteni buni, au fost scoşi în arenă şi obligaţi să se lupte pe viaţă şi pe moarte. Recompensa învingătorului este impresionantă: libertatea şi mâna fiicei conducătorului.

Cei doi, credincioşi prieteniei, au refuzat lupta şi au aruncat săbiile la pământ, dar au fost ucişi în timp ce publicul fluiera înfuriat. Pe locul căderii lor au răsărit gladiole, ca simbol al credinţei, prieteniei şi nobleţei.

Mina de petrol Sărata Monteoru

Staţiunea Sărata Monteoru, aflată la 15 kilometri distanţă de oraşul Buzău, are pe teritoriul ei un obiectiv extrem de valoros din punct de vedere turistic şi istoric, dar mai puţin cunoscut. Este „Mina de petrol", unică în Europa şi singura din lume cu acest fel de exploatare. Se numeşte „mină" deoarece ţiţeiul se extrage în subteran prin galerii săpate special. Acestora li se adaugă puţuri adânci de peste 300 de metri.



Pagină realizată de
IRINA STOICA

Nevasta uitată pe aeroport

Maurice Hunter, un britanic în vârstă de 80 de ani, şi-a uitat fără să vrea soţia, pe nume Carolyn, pe aeroportul Londra-Stansted. Din fericire soţii sunt căsătoriţi de 47 de ani, astfel că incidentul a fost trecut uşor cu vederea. Ei primiseră cadou o călătorie în Spania de la copiii lor. Pe aeroport însă Maurice şi-a lăsat singură soţia pentru câteva minute pentru a merge la toaletă, iar când s-a întors nu a mai găsit-o în locul convenit. A crezut atunci că femeia se dusese deja să se înregistreze pentru zborul respectiv. Apoi, în avion, a ocupat un loc unde să aibă suficient spaţiu, având în vedere faptul că omul nostru are considerabila înălţime de 1,93 metri.

De asemenea, după decolare i s-a părut că-şi aminteşte că ar fi făcut un semn cu capul către soţia sa, care i-ar fi răspuns cu un zâmbet.

În acelaşi moment însă Carolyn se afla în cu totul alt loc: ea încă îşi căuta soţul pe aeroport, la toaleta sălii de aşteptare. Nu-l putea contacta prin telefon, deoarece Maurice şi-l uitase pe al său acasă! După toată această înlănţuire de „potriviri" de râsu'-plânsu', un angajat al aeroportului a asigurat-o pe venerabila doamnă că soţul ei este bine-mersi, deja instalat în avion. După aflarea veştii – bună? rea? – Carolyn i-a trimis un scurt mesaj fiului lor: „Mama ta este la Stansted şi tata este în avion."

...Abia după aterizare a priceput şi octogenarul că soţia sa nu se afla cu el în avion şi prin urmare a luat o altă cursă cu care s-a întors la Londra. „Noi ne înţelegem şi fără cuvinte – a încercat el să explice comica încurcătură. Eu i-am făcut un semn cu capul şi ea mi-a răspuns. Dar a fost o eroare."

În urma nedoritului incident, bătrânul cuplu a decis să nu-l mai ispitească pe diavol şi să renunţe la călătoria în Spania. În consecinţă, au plecat – împreună, de data aceasta – să-şi petreacă vacanţa la ţară, în aer curat şi limpezitor al minţii. Ale bătrâneţii valuri!... *(A.N.P.)*

Salvare miraculoasă

În timpul dramaticelor inundaţii din sudul Chinei, au existat o mulţime de victime, dar şi salvări spectaculoase.

Astfel, un tânăr care avea trei musafiri în vizită a coborât în garajul casei pentru a-şi pune – spunea el – maşina la adăpost.

Oaspeţii au ieşit pe terasă urmărindu-i mişcările şi au văzut îngroziţi viitura care înainta fără să-i lase timp prietenului lor să iasă din mica încăpere. Tânărul ştia să înoate, dar se pare că asta nu-i folosea la nimic, pentru că, izbit de valuri, nu putea să iasă din apa adâncă. Foarte rapizi în recţii, prietenii au improvizat imediat un „coş" salvator dintr-un scaun cu picioarele în sus. L-au legat cu cearceafuri înnodate şi l-au coborât în apă.

Cu eforturi incredibile, tânărul a reuşit să iasă din garaj în „lacul" furios de afară, unde a ajuns cu greu la scaunul salvator.

Ridicat pe terasă, tânărul le-a mulţumit prietenilor, bucurându-se că nu fusese singur în astfel de momente. *(I.S.)*

Cei patru muschetari... înaripaţi

Forţele armate aeriene din Franţa au achiziţionat patru pajure pentru a-şi îmbunătăţi lupta împotriva dronelor. Ameninţarea unui atac terorist prin intermediul dronelor e luată foarte în serios de autorităţile din Hexagon. În 2015 a fost pusă la punct o super-dronă special concepută pentru... a vâna drone, cu nume de cod IT-180. O bijuterie tehnologică cu radar superputernic, capabilă să survoleze cele mai ascunse locuri, fiind pilotată de la 3 kilometri depărtare. Totuşi, pentru armata aeriană nu este suficient, aşa că, după exemplul armatei olandeze, francezii au achiziţionat şi ei patru pajure regale.

„Această capacitate ni se pare adaptată în mod particular utilizării în mediul urban", a declarat generalul Jean-Christophe Zimmermann de la Apărarea aeriană a operaţiunilor aeriene. Păsările răpitoare au fost aduse din Austria şi prezentate preşedintelui ţării de la vremea ceea, Francois Hollande, ele având nume celbre şi emblematice nu doar pentru francezi: D'Artagnan, Aramis, Porthos şi Athos. Probabil că şi „faptele de arme" ale înaripatelor vor fi pe măsura numelor pe care le poartă. *(A.N.P.)*

Vis de centenar: REVENIREA LA MUNCĂ

Bill Hansen, un bărbat de 100 de ani din New Jersey, tocmai şi-a serbat cea de-a 100-a aniversare, când fostul său angajator i-a făcut un cadou nesperat, însă de peste trei ani dorit ca un vis miraculos de bâtrân: prilejul de a reveni la vechiul său loc de muncă. Acum trei ani, Bill Hansen – care, să ne-nţelegem, şi atunci avea o vârstă mai mult decât respectabilă! – a părăsit compania Hutchinson Plumbing, Heating and Cooling, trebuind să se pensioneze. „Detest să fiu pensionar!" – a declarat însă bătrânul la vremea respectivă.

Bill a lucrat timp de 32 de ani pe post de coordonator de permise. După nedorita pensionare însă, la aniversarea unui veac de existenţă, patronul companiei respective, Fred Hutchinson, i-a împlinit, în sfârşit, acestuia visul, permiţându-i să mai lucreze o zi pe vechiul său post. Bătrânul Hansen a fost primit cu ovaţii şi cu un uriaş tort aniversar când s-a întors, fie şi temporar şi onorific, la firma în care trudise peste trei decenii.

„Fred trebuie să mă plătească cu un dolar pentru ziua aceasta de lucru!", a declarat cu umor bătrânelul, a cărui fericire nu a putut fi disimulată.

Pentru că Bill Hansen se consideră foatre norocos „Nu am avut niciodată o slujbă unde să nu doresc să merg la treabă de la prima oră a dimineţii." a mai mărturisit el, înainte de a se întoarce la binemeritata odihnă de după zeci şi zeci de ani de muncă. *(A.N.P.)*

Poveste de iubire

O frumoasă poveste de iubire s-a desfăşurat în Statele Unite între doi tineri: Matt şi Laura. Pare un basm cu zâne, dar Matt, care a postat întreaga istorie pe Instagram, ne asigură că totul este cum nu se poate mai adevărat.

Cei doi s-au cunoscut în urmă cu 20 de ani, în Arizona, în momentul în care făceau primii paşi într-o sală de clasă a unei grădiniţe de copii. Se pare că imediat cum s-au văzut s-au îndrăgostit unul de celălalt, cu toate că aveau doar trei ani.

Tânărul îşi aminteşte de altfel foarte precis momentul, spunând: „Stăteam în uşa clasei şi mi-am zis că într-o zi o voi lua de nevastă" (pe Laura n.n.). El nu uită să rememoreze momentele plăcute din acea perioadă. Povesteşte cum Laura, care era mai curajoasă, l-a însoţit să se dea în balansoar fără să se teamă, să meargă cu rolele prin iarbă, să mănânce fără să se păteze. Cea mai plăcută amintire a celor doi este jocul „de-a v-aţi ascunselea", când într-un anume fel se puteau îndepărta de ceilalţi.

În timpul şcolii elementare au pierdut legătura şi singurele veşti pe care le aveau unul despre celălalt erau cărţile poştale de Crăciun, pe care şi le trimiteau părinţii lor.

În timpul liceului însă s-au întâlnit din nou, datorită unui prieten comun, care le cunoştea povestea şi au jurat atunci să nu se mai despartă. Studiile superioare le-au făcut în oraşe diferite, dar au ştiut să ţină trează flacăra iubirii, chiar dacă erau departe unul de celălalt. După terminarea studiilor, Matt, a cerut-o în căsătorie pe Laura, care a acceptat cu bucurie.

Trecuseră 20 de ani de la prima lor întâlnire, dar cei doi declară că se iubesc la fel de puternic şi sincer ca la trei ani. *(I.S.)*

La Hollywood, roluri cu anasâna

La apogeul carierei lor, marii actori nu mai trebuie să se prezinte la castinguri sau să dea probe în faţa regizorilor pentru a primi un anumit rol. Dacă sunt suficient de valoroşi, chiar reprezentanţii studiourilor vor veni să le facă propuneri... de nerefuzat şi contracte cu multe zerouri. Dar se întâmplă uneori şi invers – respectiv ca actorii să fie obligaţi să accepte roluri, în pofida voinţei lor, aşa cum veţi putea afla şi în rândurile ce urmează.

Mike Myers – „Pisica"

După primul film din seria „Austin Powers", studiourile Universal Pictures au semnat un contract cu actorul Mike Myers, prin care acesta urma să joace

într-o comedie pentru copii. Deşi nu a fost deloc încântat de această condiţie, Myers a acceptat-o, întrucât altfel risca să nu mai primească finanţare pentru următoarele filme cu simpaticul spion.

Dar, pe platourile de filmare, reticenţa lui s-a văzut din plin şi el şi-a exasperat colegii cu fiţele şi comportamentul de „divă". Nici să joace prea bine nu şi-a dat silinţa, aşa că nu-i de mirare că văduva lui Dr. Seuss, celebrul autor a cărui carte, „The Cat in The Hat", inspirase această comedie, a declarat, în 2004, că nu va mai permite niciodată vreunui producător de la Hollywood să mai ecranizeze cărţi ale răposatului ei soţ.

Edward Norton – „Jaf în stil italian"

Nominalizat la Oscar pentru primul său film major, „Primal fear" (1996), Edward Norton a semnat un contract cu

studiourile Paramount prin care se angaja să mai joace în încă două filme pentru acestea. Dar n-a mai dat nici un semn de viaţă, aşa că studiourile l-au chemat în judecată. În 1999, deşi era ocupat cu filmările la „Fight Club", Norton a trebuit să semneze un alt contract, acceptând încă un rol pentru Paramount.

Când producătorii i-au oferit scenariul la „Jaf în stil italian", Norton nici n-a vrut să audă, aşa că a fost dat în judecată. În disperare de cauză, pentru că risca să plătească despăgubiri imense pentru nerespectarea contractului, actorul a acceptat rolul şi, deşi filmul n-a avut un mare succes, el s-a achitat cu brio de partitura încredinţată.

Keanu Reeves – „Asasinul din vis"

Implicarea lui Keanu Reeves în acest film reprezintă încă o dovadă că nu toţi prietenii noştri au cele mai bune intenţii când ne oferă ceva cu dragă inimă. În acest caz, prietenul duplicitar s-a numit Joe Charbanic, care a realizat un film documentar despre turneul trupei muzicale a lui Reeves, „Dogstar", film care i-a plăcut foarte mult vedetei de cinema. Dar, curând după succesul cu „Matrix", Reeves a

avut surpriza să afle că semnase un contract pentru un thriller poliţist, deşi el habar nu avea acest lucru. Semnătura fusese, aparent, falsificată, de bunul lui amic, Charbanic, dar, neavând cum să demonstreze plastografia, Keanu Reeves a acceptat să apară în film.

După ce filmul a fost difuzat pe piaţă, actorul n-a mişcat niciun deget pentru a-l promova, însă, după trecerea celor 12 luni în care, potrivit contractului, nu avea voie să discute despre circumstanţele în care pelicula fusese realizată, el a izbucnit, acuzându-l pe Charbanic şi declarând: „Niciodată nu mi s-a părut interesant scenariul acestui film.".

Nathalie Portman – „Thor: Lumea întunericului"

Una dintre cele mai frumoase şi mai inteligente actriţe de la Hollywood, Nathalie Portman, a acceptat rolul din „Thor" doar pentru că filmul urma să fie regizat de buna ei prietenă, Patty Jenkins. În cele din urmă, compania Marvel, care deţinea drepturile de ecranizare, şi Jenkins s-au certat la cuţite, din cauza viziu-

nii cinematografice diferite, iar regizoarea a fost concendiată. Obligată prin contract să joace în film, Portman s-a supus, dar, când a fost vorba să reia rolul, într-un al treilea episod din franşiză, după succesul uluitor de public al primelor două, a spus, cu hotărâre: „Nu mai contaţi pe mine!".

Whoopi Goldberg – „Theodore Rex"

Chiar şi simpatica Whoopi Goldberg a fost nevoită să joace în filme cu anasâna. După marele succes cu „Sister Act", actriţa a acceptat, verbal, să joace într-un alt film realizat de aceeaşi echipă de producători, dar ulterior s-a răzgândit. Pusă însă în faţa martorilor şi ameninţată cu judecata, Whoopi Goldberg n-a avut încotro şi a trebuit să accepte un rol în filmul „Theodore Rex".

O contribuţie la decizia ei a avut-o şi decizia unui tribunal american, prin care actriţa Kim Basinger a fost condamnată la despăgubiri substanţiale după ce refuzase să mai accepte rolul principal din „Boxing Helena". Oricum, Whoopi s-a achitat atât de prost de rol, încât filmul a fost nominalizat la nedoritul premiu „Zmeurica" – echivalentul Oscarurilor pentru cele mai slabe producţii cinematografice.

PORTRET

Iuliana Călinescu

La 37 de ani, Iuliana Călinescu poate spune, în sfârşit, că şi-a găsit locul: pe scenă. Nu a fost deloc uşor, a testat multe până a ajuns la concluzia că să fie actriţă i se potriveşte cel mai bine, de la specialist în telecomunicaţii, studentă la Finanţe-Contabilitate, angajată în domeniul petrolier, până la cântăreaţă în anul 2000, într-o trupă dance cu nume sonor – Sensual. Corina Chiriac a sfătuit-o la un moment dat să opteze pentru o carieră în teatru şi aşa a făcut...

A început să cocheteze cu meseria de actor jucând în reclame pentru televiziune, apoi şi-a încercat norocul dând o probă pentru un rol într-o producţie, pe care l-a câştigat. Această experienţă i-a dat aripi şi a făcut-o să creadă că poate deveni actriţă cu acte în regulă, iar până la înscrierea la UNATC nu a mai fost decât un pas. A fost admisă cu succes la prestigioasa academie, pe care a continuat-o cu un master – Arta Actorului – la secţia Pedagogie a instituţiei.

După încheierea studiilor, a jucat în câteva seriale de televiziune, „Trăsniţii" (Prima TV), „La serviciu" (ProTV), „Anticamera", „Leana şi Costel" şi a avut câteva apariţii în filme obscure.

De zece ani este colaboratoare a Teatrului Naţional Bucureşti, chiar din primul an de facultate, dar recunoaşte că i-ar fi imposibil să trăiască doar din apariţiile pe cea mai mare scenă a ţării. Ca să-şi rotunjească veniturile, dar în primul rând pentru că îi place, Iuliana face parte din echipa unui popular serial de televiziune la Prima TV şi visează la ziua când va modera propria ei emisiune de divertisment pe micul ecran. „Mi-am dorit dintotdeauna să prezint o emisiune şi am dat câteva probe. Am fost propusă pentru emisiuni care aveau câte trei ore de direct, cred că se apropie şi acest moment", mărturisea actriţa într-un interviu acordat unei publicaţii mondene.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

Coltul cu litere

Cea mai complicată istorie

La editura Humanitas, în colecţia „Raftul Denisei", a apărut a doua ediţie a romanului *Istoria iubirii* scris de Nicole Krauss, având pe copertă afişul filmului realizat în 2015 de Radu Mihăileanu. Reeditarea romanului a apărut simultan cu premiera ecranizării după *Istoria iubirii,* prezentată la ediţia din acest an al Festivalului Internaţional de Film Transilvania (TIFF).

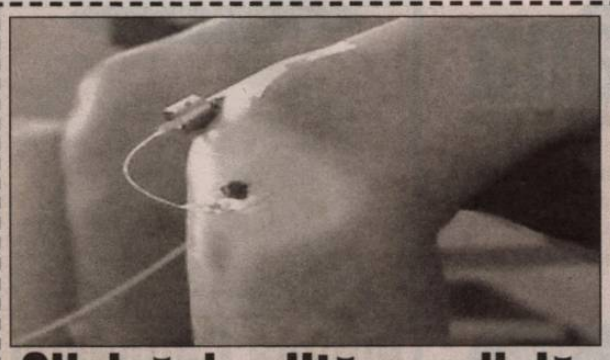
Romanul *Istoria iubirii* este o poveste de dragoste care traverseză spaţiul de-a lungul câtorva decenii, din Polonia anilor 40 până în New York-ul actual. Publicat în Statele Unite în anul 2005, romanul *Istoria iubirii* i-a adus lui Nicole Krauss consacrarea internaţională, fiind lăudată de câţiva scriitori cunoscuţi, precum laureatul Premiului Nobel pentru literatură J.M. Coetzee sau Susan Sontag, ei remarcând naşterea unei voci autentice a literaturii contemporane. Romanul a fost tradus în peste 30 de ţări, printre primele ediţii numărându-se şi cea în limba română, publicată în colecţia „Raftul Denisei", în traducerea regretatei Antoaneta Ralian.

Este povestea unei adolescente, Alma Singer, care are 14 ani, trăieşte în New York şi încearcă să găsească răspunsuri la o mie de întrebări despre lume şi viaţă. Crezând că le va afla într-un roman misterios pe care mama ei îl traduce cu frenezie, adolescenta porneşte în căutarea eroinei cărţii de al cărei destin se simte inexplicabil legată. „Când m-am născut, mama mi-a dat numele după o fată dintr-o carte pe care i-o dăruise tatăl meu, o carte care se chema *Istoria iubirii.*"

În acelaşi New York îşi duce zilele Leo Gursky, un bătrân singur şi atât de invizibil în anonimatul său, încât începe să se îndoiască de propria-i existenţă. Barbatul trăieşte chinuit de amintirea iubirii pierdute care, cu 60 de ani în urmă, în Polonia, i-a inspirat cartea vieţii lui, *Istoria iubirii.* Şi, deşi Leo nu ştie încă, romanul pe care-l credea distrus a supravieţuit miraculos, şi-a dobândit notorietatea sub numele altuia, a traversat oceanul, a străbătut timpul şi a ajuns în cele din urmă în mâinile Almei, fata numită astfel după eroina din carte. Romanul mai are şi o altă poveste, aceea că la zece ani după publicarea romanului scris de Krauss, regizorul Radu Mihăilescu l-a adaptat pentru marile ecrane sub titlul *Povestea iubirii* (adevărul este că *Istoria iubirii* sună mai degrabă a eseu filozofic şi nu a roman de dragoste), avându-i în rolurile principale pe Sir Derek Jacobi, Gemma Arterton şi Sophie Nelisse. „Am citit cartea *Istoria iubirii* prin 2006, cred, şi m-au lovit forţa dramatică, povestea şi mai ales puterea dragostei. Era deja o perioadă de criză a omenirii, o lipsă de dragoste, de generozitate, de privire plină de dragoste asupra celorlalţi. Mi-am spus că trebuie să fac un film, să le spun oamenilor că mai există speranţă, mai există acest tip de dragoste extremă, romantică, împotriva tuturor crizelor, tragediilor şi conflictelor", spunea regizorul într-un interviu.

Povestea iubirii este primul lungmetraj în limba engleză şi cel de-al nouălea film al regizorului şi scenaristului Radu Mihăileanu, născut în 1958 la Bucureşti şi stabilit în Franţa. Cât despre autoare, pentru că nu se ştiu prea multe, iată câteva repere bio-bibliografice: Nicole Krauss s-a născut în 1974, în Brooklyn. Este primită în1992 la Universitatea Stanford, unde obţine o diplomă de excelenţă în literatura engleză, iar în 1993 debutează ca poetă. Primul său roman, *Un bărbat intră în cameră (Man Walks into a Room,* Humanitas Fiction, 2011), apare în 2002, iar în 2005 publică bestsellerul internaţional *Istoria iubirii (The History of Love;* Humanitas Fiction 2007, 2012, 2017). Noul ei roman, *Forest Dark,* va apărea în septembrie 2017.

GEORGE CUŞNARENCU



Clinică de elită mondială, în România

Primele patru clinici din lume care deschid o nouă cale în tratamentul bolilor degenerative de oase şi articulaţii, se află în Israel (două), SUA (una) şi cea de a patra... în Târgovişte, România! Primul laser interstiţial este cel care „sudează" aproape orice articulaţie distrusă. Procedura revoluţionară are o excelentă rată de succes, fără durere sau risc terapeutic, fără bisturiu, fără imobilizare şi fără întreruperea serviciului sau altor activităţi sociale.

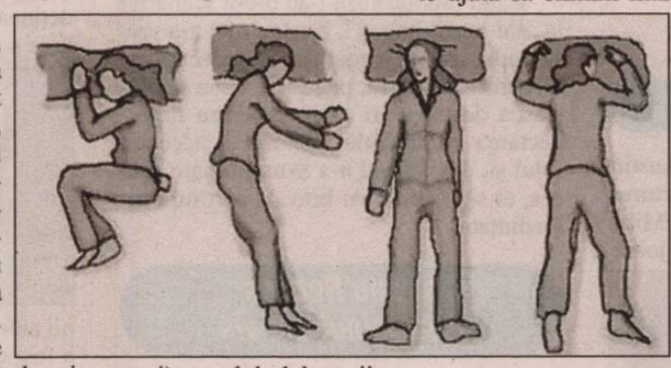
„Se pot trata herniile de disc sau protruziile discale, spondiloza cervicală; durerile de spate sau de bazin, gonartroza, coxartroza, lombosciatica de orice grad şi grad evolutiv, rupturile de tendon sau de ligament, durerile de călcâi sau pintenii calcaneeni etc." a declarat dr. Radu Mircea Stănescu, medic de specialitate la fosta clinică de ozonoterapie din Târgovişte. În toate aceste tipuri de patologii, noua metodă aplicată acum şi în România elimină varianta intervenţiei chirurgicale, fără îndoială, mai greu suportată de pacienţi.

Vorbim, aşadar, despre cel mai puternic ansamblu laser din lume (coordonat prin satelit de un al doilea laser, cu cap robotizat şi undă dual sincronizată) şi o tehnologie high-tech fără precedent în tratamentul a peste 80 de maladii ale oaselor, articulare sau reumatismale, precum şi în activarea şi „sudarea" în ţesutul bolnav a celulelor stem autologe prelevate de la pacient. Ţesutul astfel refăcut este mai dur (fizic, mecanic şi biologic) chiar decât propriul ţesut. Între bolile tratate cu această tehnologie: ◆ hernia de disc şi/sau protruziile discale ◆ spondiloza cervicală ◆ durerile de spate sau de bazin ◆ gonartroza ◆ coxartroza ◆ lombosciatica ◆ rupturile de tendon sau de ligament ◆ sindromul de tunel carpian ◆ durerile de călcâi sau ale pintenilor calcaneeni ◆ poliartrita reumatoidă ◆ spondilita anchilozantă ◆ ulcerul varicos ◆ piciorul diabetic etc.

E sănătos dormitul pe dreapta?

◆ ***Dreapta, stânga – ce contează?*** Cam aşa văd foarte mulţi poziţia de somn, adică lipsită de importanţă câtă vreme Morfeu îi mângâie pe genele obosite. Totuşi, nu e deloc indiferent cum anume reuşim să ne poziţionăm pentru odihna nocturnă.

Poziţia pe care o ai în timp ce dormi îşi poate pune amprenta asupra sănătăţii tale. Spre exemplu, nu este bine să dormi prea mult pe partea stângă, pentru că astfel se va pune presiune asupra inimii şi drept urmare, aceasta nu va mai funcţiona aşa cum trebuie. Să vedem însă ce se întâmplă dacă dormi pe partea dreaptă!



◆ ***Obiceiul de a dormi pe partea dreaptă*** ajută sistemul limfatic să funcţioneze mai bine, pentru că sistemul limfatic însuşi ajută organismul să funcţioneze mai bine. Aceasta, pentru că are rolul de a elimina toxinele de la nivelul celulelor. Vasul limfatic principal se află pe partea stângă a corpului şi de aceea se recomandă să dormim pe partea dreaptă. Astfel, limfa va ajunge cu mai multă uşurinţă la toate celulele din organism. De asemenea, obiceiul de a dormi pe partea dreaptă permite şi buna funcţionare a splinei.

◆ ***Splina, aflată pe partea stângă,*** este cel mai important organ al sistemului limfatic. Ea contribuie la reglarea circulaţiei celulelor sângelui pe care îl filtrează, reţinând unele elemente străine (microbi, paraziţi, cheaguri) sau globulele roşii îmbătrânite ori deteriorate. De aceea, splina se îmbolnăveşte şi se poate mări în cazul bolilor sângelui, infecţiilor sau bolilor parazitare.

Sângele ajunge la splină din întreg sistemul digestiv, iar de la splină merge în mare parte în ficat, de aceea cele două organe se îmbolnăvesc împreună frecvent, iar splina se măreşte în ciroza hepatică. Fiind aşadar localizată pe partea stângă, dacă vei dormi pe partea dreaptă aceasta va funcţiona mult mai bine.

◆ ***Obiceiul de a dormi pe partea dreaptă*** calmează arsurile de la nivelul stomacului. Dacă suferi din această cauză, atunci ai putea încerca să dormi pe partea dreaptă. Astfel, ceea ce se află în stomac nu va mai ajunge la fel de repede în esofag şi datorită acestui lucru nu vor mai apărea problemele supărătoare. Apoi, acelaşi obicei te ajută să elimini mai uşor substanţele toxice. Intestinul subţire şi intestinul gros se îmbină tot pe partea stângă. Acesta este un alt motiv pentru care este bine să dormi pe partea dreaptă. Astfel, alimentele digerate, dar şi substanţele toxice ajung mai uşor în intestinul subţire, din intestinul gros.

Aşadar, digestia este îmbunătăţită şi se elimină mai uşor substanţele toxice. În fine, dar nu în ultimul rând, când dormiţi pe partea dreaptă, inima funcţionează mult mai bine şi astfel sângele va ajunge mai uşor la organele vitale.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Expresia „Mi-ai frânt inima!" sau „I-a frânt inima!" este una comună şi e interesant de menţionat faptul că inima frântă nu e doar o expresie, ea având un substrat medical concretizat ca sindromul inimii frânte. Simptomele sunt similare cu cele ale infarctului miocardic: dispnee (dificultate în respiraţie) şi durere în piept, de cele mai multe ori diagnosticul corect fiind omis.

Termenul „sindromul inimii frânte" a fost introdus în ultimii 5 ani, odată cu evoluţia metodelor de investigaţie în cadrul infarctului miocardic, când s-a constatat că o parte din cei care prezintă simptome de infarct miocardic şi se internează în spital cu acest

Sindromul inimii frânte

diagnostic au arterele coronare sănătoase, permeabile, contrar aspectului celor cu infarct miocardic.

Sindromul inimii frânte este cauzat de emoţii foarte puternice, care determină eliberarea hormonilor de stres, aceştia acţionând asupra inimii şi determinând slăbirea miocardului (muşchiul inimii) şi apariţia simptomelor. Aproximativ 2% din internările cu infarct miocardic sunt de fapt cazuri de sindrom al inimii frânte. Chiar dacă afecţiunea este reversibilă, muşchiul inimii revenindu-şi complet în aproximativ două săptămâni, primele zile sunt la fel de periculoase ca în cazul infarctului miocardic. Afecţiunea se mai numeşte cardiomiopatie indusă de stres sau cardiomiopatie Takotsubo (de la forma pe care o ia inima) şi afectează cel mai frecvent femeile (90%).

Tratamentul litiazei renale

Litiaza renală reprezintă formarea la nivelul rinichilor de calculi (pietre) sub diverse forme, de la calculi simpli, care ocupă un spaţiu bine delimitat, până la calculi complecşi, cum este cazul calculilor coraliformi, ce ocupă atât bazinetul, cât şi calicele (canale ce conduc urina până la nivelul bazinetului). Orice patologie litiazică netratată sau nemonitorizată poate să conducă într-un final la insuficienţa renală cronică.

Indicaţiile terapeutice depind de starea generală de sănătate a pacientului şi de rezultatul explorărilor imagistice. Pentru calculii de dimensiuni mici, care se află deja la nivelul ureterelor, se poate încerca un tratament conservator cu monitorizare ambulatorie (7-10 zile). Acest tratament constă în administrarea de antalgice, antispastice, antiinflamatoare nonsteroidiene, alfa blocante şi antibiotice. În caz de infecţie asociată, băi calde şi cură hidrică, cu menţiunea că în momentul în care se intensifică durerea aceasta din urmă trebuie stopată până la ameliorare.

În cazul calculilor multipli sau al celor de dimensiuni mari, tratamentele se împart în minimum invazive şi chirurgicale. Cele minim invazive sunt reprezentate de ureteroscopie cu extragerea calculilor, litotriţia laser ureteroscopică (fragmentarea calculilor prin efectul laser), ESWL (litotriţia extracorporală prin unde de şoc), NLP (nefrolitotomia percutanată) şi montarea de drenaj ureteral intern (inserţia endoscopică a unui tub pe întregul traiect ureteral, care facilitează drenajul urinii).

Dacă tratamentele minim invazive nu se pretează la diagnosticul imagistic stabilit, se poate interveni chirurgical (abord clasic sau laparoscopic), prin următoarele tehnici: pielolitotomie, nefrolitotomie, ureterolitotomie. Există însă şi situaţii complexe în care înainte de intervenţia chirurgicală este necesară o degonflare a rinichiului prin montarea de drenaj ureteral intern, în prealabil, sau a unei nefrostomii.

Atenţie! Orice episod colicativ trebuie să se soluţioneze cu o vizită la medicul urolog, dar orice patologie litiazică se poate complica în final, cu pierderea rinichiului afectat sau cu insuficienţă renală cronică.

Sănătatea ochilor nu ia vacanţă!

Administraţia Spitalelor şi Serviciilor Medicale Bucureşti organizează, împreună cu ambulatoriul de specialitate al Spitalului de copii „Dr. Victor Gomoiu", în perioada vacanţei şcolare, un program de consultaţii oftalmologice gratuite pentru copii, potrivit Mediafax.

Prin această iniţiativă se doreşte promovarea stării de sănătate a copiilor şi sprijinirea părinţilor care doresc să îi aducă pe cei mici la un consult oftalmologic de specialitate. Această campanie are drept misiune depistarea precoce a tulburărilor de vedere şi corectarea lor promptă. Consultaţiile se desfăşoară într-un ambulatoriu inaugurat recent, unde micii pacienţi vor fi consultaţi într-o unitate medicală realizată la standarde europene. Printre testele care se pot face în cabinetul de oftalmologie al ambulatoriului spitalului „Gomoiu" se numără măsurarea dioptriilor prin autorefractometrie, testarea acuităţii vizuale cu şi fără corecţie pe grupe de vârstă şi teste de stereoscopie.

Consultaţiile sunt acordate în perioada 10 iulie-30 august, pe baza unei programări telefonice. Ambulatoriul de specialitate al Spitalului de copii „Dr. Victor Gomoiu" se află în Bucureşti, pe Strada Prieteniei nr. 2A, iar consultaţiile se pot realiza în zilele de luni, în intervalul orar 16:00–18:00, şi miercuri, între orele 09:00 şi 11:00.

Longevitate „Made in China”

Credeați că mexicanii sunt campionii absoluți ai consumului mâncărurilor care îți „incendiază” gura, gâtul și întreg traseul digestiv? Nici pomeneală! Într-un spațiu cultural cu totul diferit, condimentele iuți sunt utilizate oarecum similar, dar având alte reguli de aplicare, iar efectele sunt mai mult decât spectaculoase. Astfel, un studiu realizat în China a demonstrat că persoanele care consumă mâncare condimentată în fiecare zi au o speranță de viață mai ridicată decât cei care mănâncă iute o dată sau de două ori pe săptămână sau deloc. Cercetarea s-a desfășurat în perioada 2004-2008, având un număr de 487.375 de participanți cu vârste cuprinse între 30 și 79 de ani. Subiecții nu suferiseră în trecut de nicio boală cronică, iar specialiștii au luat în calcul și alți factori relevanți pentru longevitate, precum statutul marital și educația.

Rezultatele au fost surprinzătoare: cei care au mâncat condimentat zilnic au înregistrat un risc de deces mai redus cu 14% față de cei care nu adaugă mirodenii alimentelor, în timp ce persoanele care au adăugat condimente hranei o dată sau de două ori pe săptămână au un risc mai mic cu 10%. Medicii care s-au ocupat de cercetare au descoperit că aceleași condimente introduse în dietă au diminuat riscul de dezvoltare a bolilor cardiace sau respiratorii ori a cancerului, în special în cazul femeilor.

Constelația Ayurveda

Meniuri pentru sănătate

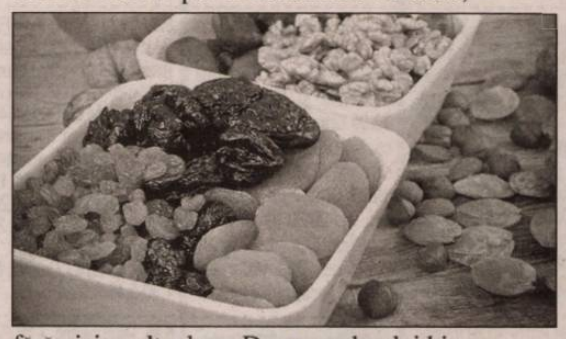
Ayurveda este medicina indiană tradițională, veche de peste 4.000 de ani. Ca oricare dintre practicile medicale orientale, ea se bazează în primul rând pe tratamente cu plante și extracte din acestea, dar principiile aflate la baza procedurilor sunt inspirate din relația indestructibilă dintre toate părțile corpului uman, pe de o parte și dintre organismul uman și lumea înconjurătoare, până la dimensiuni cosmice, pe de altă parte.

Dieta cu fructe uscate

Fructele uscate sunt frecvent folosite în rețetele ayurvedice. Stafidele, curmalele, smochinele, ananasul, papaya, bananele, mango, pepenele galben, merele, perele, caisele, căpșunile, nuca de cocos, prunele, afinele, coacăzele, chiar și rădăcina de ghimbir pot avea utilizări alimentare dintre cele mai diverse și mai atractive. Iată câteva dintre sugestiile de consum al fructelor uscate!

Dulciuri. De obicei, fructele uscate, întregi ori tăiate, sunt folosite la prepararea dulciurilor, fiind adăugate în checuri, cozonaci, prăjituri ori în salate de fructe proaspete sau chiar în înghețata de casă. De asemenea, toate fructele uscate, bucăți de ananas, papaya, pepene galben, smochine sau stafide, mărunțite, pot fi adăugate unor sucuri de fructe proaspete preparate cu ajutorul mixerului.

Micul dejun. Aproape toate fructele uscate pot constitui ingredientele ideale pentru un mic dejun rapid sau chiar pentru o gustare dulce, pe care vrem să o pregătim în cel mai scurt timp. De asemenea, fructele uscate pot fi consumate ca atare,



fără niciun alt adaos. De exemplu, doi biscuiți și o rondelă de ananas ori câteva bucăți de căpșuni uscate pot fi un excelent desert sau o felie mare de papaya uscată împreună cu o felie de cozonac sau de chec, un fel gustos și sățios.

Mâncărurile de cereale. Fructele uscate, cum sunt stafidele, ananasul, curmalele și smochinele, se pot prepara și împreună cu fulgii de ovăz sau cu alți fulgi de cereale ori musli. De asemenea, pot fi introduse în plăcintele cu cremă, pot fi folosite pentru ornarea tartelor sau pot fi adăugate în băuturile răcoritoare ori cocktailuri.

Salate cu fructe uscate. Fructele uscate ușor acrișoare (stafidele, caisele, ananasul, coacăzele) pot fi adăugate și în salate de verdețuri. De asemenea, ele pot fi folosite și la mâncărurile de ciuperci, în omlete sau în mâncărurile de cereale fierte (terciuri de cereale). Acestea pot fi folosite în unele salate proaspete de legume, la prepararea unor sosuri, în alcătuirea unor garnituri ori în mâncărurile de cereale sau de legume. Cu stafide, smochine, curmale, rădăcină de ghimbir ori pere uscate se pot prepara excelente sarmale de orez sau soteuri de legume.

Așadar, fructele uscate constituie ingrediente care nu ar trebui să lipsească dintr-o bucătărie în care creativitatea gustului să se poată exprima nestingherită.

Calități energetice. Afinele îmbunătățesc vederea nocturnă, ananasul este nutritiv și vitaminizant (28 g de afine au 70 kcal, 0,56g proteine, 17,70 g carbohidrați, 8,71 g apă, colesterol 0, vitamina A1 1,43 g). Bananele sunt un excelent tonic regenerator. Caisele sunt bogate în vitamina A și o sursă importantă de calciu și fier. Căpșunile – aperitiv; cireșele – tonic digestiv; coacăzele – antianemic; curmalele – nu au colesterol și sunt o bogată sursă de fibre; ghimbirul – bun digestiv; mango – regenerator și afrodisiac; nuca de cocos – răcoritor; papaya – armonizator.

Remedii naturale

Flora spontană și sistemul nervos

Este un domeniu extrem de sensibil, asupra căruia chiar și cele mai noi metode de tratament medical se pronunță cu multă prudență. Totuși, medicina populară a găsit întotdeauna, în felul său, calea potrivită – dacă nu neapărat pentru a vindeca, măcar pentru a ajuta la ameliorarea unor astfel de suferințe cumplite.

PĂDUCELUL este un bun sedativ. El acționează asupra sistemului nervos central, iar prin acțiunea sa sedativă atenuează nervozitatea, palpitațiile legate de o afecțiune cardiacă și senzația de „greutate” pe inimă. Pentru a avea parte de un

somn reconfortant și odihnitor, puteți încerca și tinctura de păducel. O preparați din 20 g de flori și frunze de păducel, pe care le adăugați în 100 ml de alcool de 60-70 de grade. Lăsați amestecul la macerat timp de 10 zile, după care puneți câte 10-15 picături în puțină apă și beți de trei ori pe zi. Pentru combaterea insomniilor mai puteți încerca și un ceai din plante care are efect sedativ.

PASSIFLORA. Folosită încă din secolul al XIX-lea ca somnifer,

are proprietăți calmante, sedative și anxiolitice. Această plantă are o acțiune benefică în caz de nervozitate și tulburări de somn și un efect calmant asupra spasmelor gastrointestinale. Preparați de trei ori pe zi o cană de ceai din 250 ml de apă și o linguriță de plantă uscată. Puteți opta și pentru capsulele cu passiflora, pe care să le luați dimineața și seara.

HAMEIUL. Cunoscut mai ales ca ingredient principal în fabricarea berii, hameiul este un remediu excelent atunci când suferiți de insomnie. În Germania, o tradiție populară spune să puneți sub pernă câteva frunze de hamei și veți dormi ca un prunc. Preparați o infuzie de hamei, adăugând o lingură de flori la o cană cu apă clocotită. Lăsați amestecul la infuzat timp de 10 minute, după care se strecoară și se bea cu o jumătate de oră înainte de culcare. Puteți adăuga și câteva

flori de tei, dacă vreți ca efectul infuziei să fie mai rapid.

VERBINA are efect antistres. Vestită de-a lungul timpului pentru nenumăratele sale virtuți medicinale, verbina conține substanțe sedative, digestive, fortifiante și, mai ales, antinevralgice. Recomandată contra stresului și tulburărilor gastrointestinale, legate între ele, verbina are efecte excelente asupra tulburărilor de somn legate de anxietate. Beți 3 cești de infuzie pe zi, cu înghițituri mici, ca să obțineți efectul dorit.

SUNĂTOAREA și ***MUȘEȚELUL*** te relaxează. Ceaiul de sunătoare înlătură anxietatea, stările de nervozitate sau de tensiune, iar ceaiul de mușetel, acest remediu minu-

nat transmis din generație în generație, are proprietăți relaxante, contribuie la detensionarea mușchilor și la eliminarea anxietății.

VALERIANA, secretul somnului liniștit. Și valeriana te ajută dacă ai probleme cu somnul. Încercați tinctura de valeriană, pe care o preparați din 20 g de rădăcini de plantă, lăsate la macerat timp de 8 zile în 100 ml de alcool de 70 de grade. După macerare, luați câte 15-20 de picături, de trei ori pe zi. Tot din valeriană mai puteți încerca pulberea de rădăcină uscată. O puteți procura sub formă de capsule din magazinele cu produse naturiste. Recomandarea este să luați o capsulă de trei ori pe zi.

Brânză care... nu e brânză

Nu de puține ori, unii producători de lactate și brânzeturi sau pur și simplu foarte buni cunoscători ai acestor produse au atras și atrag atenția asupra unui lucru devenit deja fenomen, care pune în pericol sănătatea consumatorilor la modul foarte serios. În procesul de obținere a brânzeturilor, fie de către particulari, fie chiar de către industriași din domeniu, sunt introduse anumite ingrediente menite să sporească volumul de produs (cu avantajele materiale implicite, desigur), dar care fac ca în final să consumăm cu totul altceva decât telemeaua „adevărată” .

Se poate totuși să verificăm autenticitatea mărfii cumpărate prin câteva probe relativ simple. Atunci când „testăm” produsul, brânză sau caș, mai întâi trebuie să observăm un amănunt: calupul tăiat trebuie să aibă neapărat găuri cu aer aproape egale ca dimensiuni, care nu se pot falsifica. Dacă

acestea sunt inexistente, atunci înseamnă că brânza respectivă a fost măsluită cu clorură de calciu, care conferă produsului și o anume duritate, densitate inexistentă la produsul „curat”.

O altă metodă de verificare presupune să tăiați o bucată cât o cutie de chibrituri, pe care o puneți în congelator. Scoasă a doua zi, aceasta nu trebuie să fi devenit sfărâmicioasă prin înghețare. Dacă metoda vi se pare pea complicată, puneți o bucățică de brânză în apă fiartă. În urma acestei proceduri nu trebuie să se topească în proporție mai mare de 40%; dacă procentul e mai ridicat, înseamnă că „brânza” este, de fapt, până la 80% margarină.

Astfel de exemple nu privesc doar brânza și cașul cumpărate de la producători particulari (printre ei sunt și unii care și-au dobândit o anume faimă în domeniu!), ci și produse cu mărci cunoscute în toată țara, pe care nu le menționăm aici, din motive ușor de înțeles. De asemenea, să nu uităm de binecunoscuta „brânză bulgărească” de tip feta, care se vinde cu prețuri indecent de reduse, ceea ce înseamnă, implicit, că avem de-a face doar cu un produs din categoria brânzeturilor, dar care este îmbibat cu tot felul de alte ingrediente ieftine.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

LUNI – 24 iulie

TVR 1
7.00 1 Matinal 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Descălecați în Carpați (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Doc.: „Secrete de război" 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Izolați în România 23.00 Ora de știri 0.00 România 9 (r) 1.30 Doc.: „Direcția: sud-vest!" 2.00 Telejurnal (r) 2.50 Pulsul zilei (r) 4.40 Profesioniștii (r) 5.30 Doc.: „Secrete de război" (r).

PRO TV
6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Film: „Pasiune neîmblânzită" (SUA, 2000). Cu: 16.00 Lecții de viață 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Fără scăpare" (SUA, 1993). Cu: Jean Claude Van Damme, Rosanna Arquette 23.30 Știrile ProTv 23.45 Film: „Cavalerul de oțel" (coprod., 2011) 2.15-5.00 Reluări.

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Reality Show: Temptation Island – Insula iubirii 23.30 Xtra Night Show 1.00 Serial: „La birou" 2.00 Observator (r) 3.00 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Focus 18 (r) 8.45 Trăsniții în NATO 9.30 Teleshopping 10.00 Mondenii 11.30 Focus Magazin 13.00 Secrete de stil (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Zestrea domniței Ralu" (România, 1972) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Apel de urgență 21.30 Dosarele DNA 22.30 Trăsniții 23.15 Focus din inima României 23.45 Cronica Cârcotașilor 1.30-5.45 Reluări.

acasa
4.45 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.15 Serial: „Dimineți lângă tine" (r) 10.30 Serial: „Senora" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Film: „Amazoanele: lupta pentru fericire" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Dimineți lângă tine". Cu: Ela Velden 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-4.15 Reluări.

TVR 2
7.00 Documentar 360° – GEO (r) 8.00 Aventura urbană (r) 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360° – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 Gala umorului (r) 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyeo" 19.00 Telejurnal 20.00 Serial: „Poveste imorală" 21.10 Teatrul Național de Televiziune: „Năpasta" de I.L. Caragiale 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 23.50-5.25 Reluări.

PRO CINEMA
5.30 La Măruță (r) 7.30 Film: „Nopți albe în Seattle" (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.15 Film (r) 14.15 Film: „Pact cu diavolița" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Tarzan" (Germania, 2013) 20.30 Film: „Mă scoți din minți" (SUA, 1998). Cu: Melisa Joan Hart 22.30 Film: „Prizonier în libertate" (SUA, 2013) 0.45 Film: „Justițiarul: Zona de război" (r) 2.30 Cine A.M..

MARȚI – 25 iulie

TVR 1
7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Izolați în România (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Telejurnal 17.30 Doc.: „Secrete de război" 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 #Creativ 23.00 Ora de știri 0.00 România 9 (r) 1.30 Izolați în România (r) 2.00 Telejurnal (r) 2.50 Pulsul zilei (r) 4.40 Garantat 100% (r) 5.30 Doc.: „Secrete de război" (r).

PRO TV
6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Film: „Poarta norocoasă" (SUA, 2009) 16.00 Lecții de viață 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.00 Serial: „Las Fierbinți" 21.15 Film: „Spionul din vecini" (SUA, 2010). Cu: Jackie Chan 23.00 Știrile ProTv 23.15 Film: „Martor și acuzator" (coprod., 2010) 1.30-5.00 Reluări.

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 iUmor 23.00 Xtra Night Show 1.00 Serial: „La birou" 2.00 Observator (r) 3.00 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Casa construcție și design (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Săptămâna nebunilor" (România, 1971) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „Apărare mortală" (SUA, 2017) 22.30 Trăsniții 23.15 Focus din inima României 23.45 Cronica Cârcotașilor 1.30-5.45 Reluări.

acasa
5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Dimineți lângă tine" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Dimineți lângă tine" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" 23.30 Serial: „Iubire și onoare" 0.30-4.30 Reluări.

TVR 2
7.00 Documentar 360° – GEO (r) 8.00 Aventura urbană 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360° – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 Natură și aventură (r) 17.10 Cap Compas (r) 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyeo" 19.00 Telejurnal 20.00 Serial: „Poveste imorală" 21.00 Destine ca-n filme 22.00 D'ale lu' Mitică (r) 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 23.50-5.25 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Film: „Dragoste atomică" (r) 8.15 Ce spun românii (r) 9.15 Serial: „La bloc" (r) 11.45 Film: „Tarzan" (r) 13.45 Film: „O pacoste de comoară" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Când spiritele se răzbună" (coprod., 2001) 20.30 Film: „Rezerve de lux" (SUA, 2006). Cu: 22.15 Film: „Reîntâlnirea" (SUA, 2008) 0.15 Film: „Fețe în mulțime" (r) 2.15 Cine A.M.

MIERCURI – 26 iulie

TVR 1
7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Eu, consumatorul (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Conviețuiri 17.00 Telejurnal 17.30 Doc.: „Secrete de război" 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Banii tăi 23.00 Ora de știri 0.00 România 9 (r) 1.30 Zon@ (r) 2.00 Telejurnal (r) 2.50 Pulsul zilei (r) 4.40 Memorialul Durerii (r) 5.30 Doc.: „Secrete de război" (r).

PRO TV
6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Film: „Cred că da" (SUA, 2013) 16.00 Lecții de viață 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Film: „Conan" (SUA, 2011). Cu: Jason Momoa 23.45 Știrile ProTv 0.00 Film: „Ținutul din mijlocul verii" (SUA, 2013). Cu: Meryl Streep, Julia Roberts 2.15-5.00 Reluări.

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Te pui cu blondele? 20.30 iUmor 23.00 Xtra Night Show 1.00 Serial: „La birou" 2.00 Observator (r) 3.00 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Cu lumea-n cap (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Declarație de dragoste" (România 1985) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „Jandarmul și jandarmerițele" (Franța, 1982) 22.30 Trăsniții 23.15 Focus din inima României 23.45 Cronica Cârcotașilor 1.30 Nunți de poveste 3.15-5.45 Reluări.

acasa
5.15 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Dimineți lângă tine" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Dimineți lângă tine" 18.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Viață nedreaptă" (finalul serialului) 23.30 Serial: „Iubire și onoare" 0.30-4.30 Reluări.

TVR 2
7.00 Documentar 360° – GEO 8.00 Aventura urbană 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360° – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 Destine ca-n filme (r) 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nye" 19.00 Telejurnal 20.00 Serial: „Poveste imorală" 21.10 Telecinemateca: „Frații Karamazov" (partea a II-a) 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 23.50-5.25 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Film: „Un semn invizibil" (SUA, 2010) 8.15 Ce spun românii (r) 9.15 Serial: „La bloc" (r) 11.45 Film: „Când spiritele se răzbună" (r) 13.45 Film: „Tarzan" (r) 15.45 Serial: „La bloc" 18.00 Film: „Valul perfect" (SUA, 2012). Cu: Gerard Butler 20.30 Film: „Străin la ușa ta" (SUA, 2001) 22.45 Film: „Departe de câmpia în flăcări" (coprod., 2008) 1.45 Film: „Străin la ușa ta" (r) 3.00 Cine A.M.

OZGU NAMAL
– joi-duminică, 22.00 –

GERARD BUTLER
– miercuri, 18.00 –

KRISTEN WIIG
– sâmbătă, 22.40 –

ADAM SANDLER
– duminică, 21.30 –

SAMANTHA MORTON
– duminică, 22.30 –

JASON MOMOA
– miercuri, 21.30 –

ELA VELDEN
– luni-duminică, 17.00 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 27 iulie

TVR 1
7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Banii tăi (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Akzente 17.00 Telejurnal 17.30 Lozul cel mare 18.00 M.A.I. aproape de tine 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 România 9 22.30 Drum bun! 23.00 Ora de știri 23.55-5.30 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Film: „Vis împlinit" (SUA, 2010) 16.00 Lecții de viață 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.15 Film: „Norbit" (SUA, 2007). Cu: Eddie Murphy 23.15 Știrile ProTv 23.30 Film: „Bărbatul ideal" (coprod., 1999). Cu: Jackie Chan, Qi Shu 1.30-5.00 Reluări.

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la muncă 23.00 Xtra Night Show 1.00 Serial: „La birou" 3.00 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Chef Dezbrăcatu' (r) 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: Liceenii" (România, 1987) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „Agentu' C.I.A." (SUA, 2000). Cu: Peter Askin 22.30 Trăsniții 23.15 Focus din inima României 23.45 Cronica Cârcotașilor 1.30 Fete bune 3.00-5.45 Reluări.

acasa
5.15 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Dimineți lângă tine" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Dimineți lângă tine" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Iertare" (ep.1). Cu: Ozgu Namal 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-4.30 Reluări.

TVR 2
7.00 Documentar 360° – GEO (r) 8.00 Aventura urbană 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360° – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Serial: „Mutant X" 16.40 D'ale lu' Mitică (r) 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyeo" 19.00 Telejurnal 20.00 Serial: „Poveste imorală" 21.10 Film: „Stăpânul domeniului" (SUA, 1965). Cu: Charlton Heston, Richard Boone 23.15 Serial: „CSI: Crime și investigații" 0.05-5.25 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Film: „Când spiritele se răzbună" (r) 8.15 Ce spun românii (r) 9.15 Serial: „La bloc" (r) 11.45 Film: „Un semn invizibil" (r) 13.45 Film: „Valul perfect" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Power Rangers: Filmul" (coprod., 1995) 20.30 Film: „Îngerii lui Charlie" (SUA, 2000) 22.30 Film: „Luptătorii dreptății" (coprod., 2006) 0.30 Film: „Îngerii lui Charlie" (r) 2.30 Cine A.M.

VINERI – 28 iulie

TVR 1
7.00 1 Matinal 9.45 Teleshopping 10.00 Perfect imperfect 11.45 Teleshopping 12.00 Drum bun! (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Aici, acum 14.00 Telejurnal 15.00 Fără etichetă 16.05 EURO polis 17.00 Telejurnal 17.30 Cooltura 18.30 Pulsul zilei 20.00 Telejurnal 21.00 Doc.: „Prădători moderni: trolii" 22.00 Descălecați în Carpați 22.30 Eu, consumatorul 23.00 Ora de știri 0.00 Profesioniștii (r) 1.00 Politică și delicatețuri cu Mircea Dinescu (r) 2.00 Telejurnal (r) 4.10 Tezaur folcloric (r) 5.00 Doc.: „Prădători moderni: trolii" (r).

PRO TV
6.00 Știrile ProTv 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile ProTv 14.00 Film: „Inimi tinere" (SUA, 1998) 16.00 Lecții de viață 17.00 Știrile ProTv 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile ProTv 20.30 Film: „Terminator – Salvarea" (SUA, 2009). Cu: Christian Bale 22.45 Film: „Legea lui Jacob" (SUA, 2008). Cu: Steven Seagal, Isaac Hayes 0.45-4.30 Reluări.

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 11.15 Prietenii de la 11 cu Diana Munteanu și Florin Ristei 13.00 Observator 14.00 2K1 cu Mirela Vaida 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 În puii mei 20.30 Poftiți pe la noi: Poftiți la muncă 23.00 Film: „Jocuri la nivel înalt" (SUA, 2009). Cu: Ben Affleck, Russell Crowe 1.30 Serial: „Lege și ordine: Brigada specială" 3.15 Acces direct (r).

PRIMA TV
6.45 Teleshopping 7.15 Film (r) 9.30 Teleshopping 10.00 Trăsniții (r) 11.00 Teleshopping 11.30 Focus din inima României (r) 13.00 Mondenii 14.00 Focus 14 14.45 Mama mea gătește mai bine (r) 16.00 Film: „Extemporal la dirigenție" (România, 1987) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Film: „Secretul lui Nemesis" (România, 1985). Cu: Ion Besoiu, Gheorghe Dinică 23.00 Trăsniții 2.30-6.00 Reluări.

acasa
5.00 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.00 Serial: „Dimineți lângă tine" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Dimineți lângă tine" 18.00 Serial: „Totul pentru tine" 19.00 Serial: „Petale de singurătate" 20.00 Serial: „Parola: Te iubesc" 22.00 Serial: „Iertare" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-4.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Documentar 360° – GEO (r) 8.00 Aventura urbană 9.00 Serial (r) 10.10 Serial: „Aripi de mătase" 11.50 Documentar 360° – GEO 13.00 Telejurnal 13.40 Cultura minorităților 14.10 Femei de 10, bărbați de 10 – Best of 15.50 Ieri-Azi-Mâine 17.40 Serial: „Destinul prințesei Ok-Nyeo" 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Pistolarul și comoara" (SUA, 1998). Cu: Emilio Estevez, William Forsythe 22.00 Gala umorului 23.00 Serial: „CSI: Crime și investigații" 0.10 Film: „Colivia de aur" (Italia, 1976) 2.05 -6.00 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 Film (r) 8.00 Ce spun românii (r) 9.00 Serial: „La bloc" (r) 11.30 Film (r) 14.00 Film: „Power Rangers: Filmul" (r) 16.00 Serial: „La bloc" 18.15 Film: „Nopți albe în Seattle" (SUA, 1993). Cu: Tom Hanks, Meg Ryan 20.30 Film: „Măsuri disperate" (SUA, 1998). Cu: Michael Keaton 22.45 Film: „Montana" (SUA, 1998) 0.45 Film (r) 2.45 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 29 iulie

TVR 1
7.00 Vreau să fiu sănătos! (r) 8.00 Doc.: „Vestigii și patrimoniu" 8.30 Descălecați în Carpați (r) 9.00 Oameni ca noi (r) 9.30 M.A.I. aproape de tine (r) 10.00 Zon@ 10.30 Dincolo de hartă (best of) 11.00 Cooltura (r) 12.10 Muzici și tradiții în Cișmigiu (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Adevăruri despre trecut (r) 15.00 Ora regelui 16.00 Memorialul Durerii (r) 17.00 Lumea azi 17.30 La un pas de România 18.00 Exclusiv în România (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Dosar România 22.00 Profesioniștii 23.00 Recurs la morală 0.00-5.35 Reluări.

PRO TV
6.00 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 Arena bucătarilor (r) 7.00 Știrile ProTv 10.00 Film: „Cu mingea la picior" (SUA, 2003) 12.00 Ce spun românii (r) 13.00 Film: „Jurnal de dădacă" (SUA, 2007) 15.15 Film: „Spionul din vecini" (SUA, 2010) 17.00 Film: „Vacanță cu familia Johnson" (SUA, 2004) 19.00 Știrile ProTv 20.30 Film: „Uimitorul Om-Păianjen" (SUA, 2012) 23.00 Film: „Echipa de încredere" (SUA, 2006) 1.30-4.30 Reluări.

Observator
6.00 Observator 9.00 Film d.a.: „Crăiasa zăpezii" (Rusia, 2012) 10.30 Ham Talent 13.00 Observator 14.00 Film: „În căutarea lănii de aur" (SUA, 2000, ultima parte) 16.00 Observator 17.00 2K1 cu Mirela Vaida 19.00 Observator 20.00 Mr. Bean 20.30 Fantastic Show 23.00 Temptation Island – Insula iubirii (r) 2.00 Film: „Familia Flintstones: Aventuri în Epoca de Piatră" (SUA, 1994) 3.45 Film (r).

PRIMA TV
7.00 Teleshopping 7.15 Trăsniții (r) 8.45 Secrete de Stil 9.30 Teleshopping 10.00 Muzeul Național Golești 10.30 Mama mea gătește mai bine (r) 11.30 Cu lumea-n cap 12.00 Teleshopping 13.00 Focus 14.00 Fete de măritat 15.00 Mondenii (r) 16.00 Film: „Jandarmul și jandarmerițele" (r) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Super Cireașa de pe tort 22.30-5.00 Reluări.

acasa
4.45 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.15 Serial: „Dimineți lângă tine" (r) 10.30 Serial: „Totul pentru tine" (r) 11.30 Serial: „Petale de singurătate" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Parola: Te iubesc" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Dimineți lângă tine" 18.00 Serial: „Senora" 20.00 Serial: „Amazoanele: lupta pentru fericire" 22.00 Serial: „Iertare" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-3.15 Reluări.

TVR 2
7.10 Serial (r) 8.00 Film d.a.: „Sid, micul savant" 9.00 Serial: „Lassie" 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 Serial: „Cireșarii" 12.00 Euromaxx 12.30 Pofticioși, la cratiță! 13.30 Film: „Hanni și Nanni 3" (Germania, 2013) 15.00 Gala umorului (r) 16.00 Gustul Moldovei 17.00 Euromaxx (r) 17.30 E vremea ta să vezi lumea... eventual de la înălțime! 18.00 Serial: „Legea lui Doyle" 19.00 Telejurnal 20.10 O dată-n viață. Best Of 22.10 Film: „Imogene" (SUA 2012). Cu: Kristen Wiig, Annette Bening 0.30-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „Power Rangers: Filmul" (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Băiatu' mamei" (SUA, 2007) 14.00 Film: „Nopți albe în Seattle" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Dansul dragostei 4: Revoluția" (SUA, 2012) 20.30 Film: „Profilul perfect" (SUA, 2013). Cu: Justin Long 22.30 Film: „Oglinzi 2" (SUA, 2010) 0.30 Film: „Profilul perfect" (r) 2.30 Cine A.M.

DUMINICĂ – 30 iulie

TVR 1
7.00 Teleenciclopedia (r) 8.10 Universul credinței (r) 9.30 Pro Patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Ultima ediție 15.00 Politică și delicatețuri cu Mircea Dinescu (r) 16.00 Doc.: „Arheologia crimei" 17.00 Dosar România (r) 18.00 Lozul cel mare 18.40 Înainte și după (r) 19.00 Poveste după poveste 20.00 Telejurnal 21.10 Muzici și tradiții în Cișmigiu 23.00-5.30 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile ProTv 10.00 Film: „Vacanță cu familia Johnson" (r) 12.00 Ce spun românii (r) 13.05 Apropo Tv 14.00 Jocuri de celebritate (r) 15.00 Film: „Jumanji" (SUA, 1995) 17.00 Film: „Gravidul" (SUA, 1994). Cu: Arnold Schwarzenegger, Danny DeVito 19.00 Știrile ProTv 20.30 Film: „RED – Greu de pensionat" (SUA, 2010). Cu: Bruce Willis, Helen Mirren 22.45 Film: „Bona" (SUA, 2011) 0.30-5.15 Reluări.

Observator
6.00 Observator 9.30 Mr. Bean 10.00 Te pui cu blondele? 13.00 Observator 14.00 Film: „Duplicitate" (SUA, 2009). Cu: Julia Roberts 16.00 Observator 17.00 Fantastic Show (r) 19.00 Observator 20.00 Film d.a.: „Clopotica și Zâna Pirat" (SUA, 2014) 21.30 Film: „Ghinionistul" (SUA, 1996). Cu: Adam Sandler 0.00 Film d.a.: „Clopotica" (r) 23.30 Film (r) 1.15 Film: „Duplicitate" (r).

PRIMA TV
7.00 Teleshopping 7.15 Trăsniții (r) 8.45 Casa: construcție și design 10.00 Film (r) 12.00 Teleshopping 13.00 Focus 13.30 SuperCireașa de pe tort (r) 15.30 Chef Dezbrăcatu' 16.00 Film: „Liceenii Rock'n'roll" (România, 1992) 18.00 Focus 19.30 Mama mea gătește mai bine 20.30 Schimb de mame 22.30 Film: „Expirat" (SUA, 2007). Cu: Samantha Morton, Jason Patric 0.30 Trădați în dragoste 2.30-6.00 Reluări.

acasa
4.45 Serial (r) 6.30 Serial: „Îngeri păzitori" (r) 7.45 Serial: „Cine-i cine?" (r) 9.15 Serial: „Dimineți lângă tine" (r) 10.30 Serial: „Senora" (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Serial: „Amazoanele: lupta pentru fericire" (r) 15.00 Serial: „Îngeri păzitori" 16.00 Serial: „Cine-i cine?" 17.00 Serial: „Dimineți lângă tine" 18.00 Serial: „Senora" 20.00 Serial: „Amazoanele: lupta pentru fericire" 22.00 Serial: „Iertare" 0.00 Serial: „Iubire și onoare" 1.00-3.15 Reluări.

TVR 2
7.00 5 minute de istorie 7.10 Serial (r) 8.00 Film d.a.: „Sid, micul savant" 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură și aventură 11.00 Serial: „Cireșarii" 12.00 Doc.: „Azi despre mâine" 12.30 Pofticioși, la cratiță! 13.00 Natură și sănătate 13.40 Film: „Noro" (România, 2002) 15.30 Duelul pianelor 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Serial: „Legea lui Doyle" 19.00 Telejurnal 20.10 Film: „Morgen" (România, 2010) 22.10 Filmul de artă: „Joy Luck Club" (coprod., 1993) 0.40-5.00 Reluări.

PRO CINEMA
5.45 La Măruță (r) 7.45 Film: „Băiatu' mamei" (r) 9.45 Serial: „La bloc" (r) 12.00 Film: „Nopți albe în Seattle" (r) 14.15 Film: „Dansul dragostei 4: Revoluția" (r) 16.15 Serial: „La bloc" 18.30 Film: „Cu mingea la picior" (SUA, 2003) 20.30 Film: „Instrumente mortale: Orașul oaselor" (coprod., 2013) 23.00 Film: „Călăul cu ochi albaștri" (SUA, 2012) 1.00 Film: „Instrumente mortale: Orașul oaselor" (r) 3.15 Cine A.M.

ALTERNATIVE

Integramă de **M. ALBU**

BUN LA SUFLET / ȘCOALĂ SUPERIOARĂ		FUGI DIN PENITENCIAR / DAR DE LOGODNĂ		CĂUTATĂ DE COPOI / ÎN VERS!		MÂNĂ MURGULE! / OAMENI DIN BELGRAD		INDEMN LA DRUM / SLĂBIT LA FAȚĂ		NEGUSTORI DE HAINE VECHI / SUVERAN RUS	
A SE PREGĂTI DE RĂZBOI / JILAV							MONEDA DIN IRAN / CUI DE CIZMAR					
				MĂIESTRIE / INTRAȚI ÎN CADENȚĂ					INIMĂ DE GIRAFĂ! / METAL DE MEDALIE			
CERAMIST POPULAR / CARTE DE SUCCES					A RECHEMA LA RAMPĂ / SITĂ					CAPETE DE VERSURI		
		PLANTĂ DE ULEI / BĂRCI CU PADELE						A ȚINE DUȘMĂNIE / NU AU CREDINȚĂ				
	A LECTURA / HAINĂ POPULARĂ VECHE					STATE PE GLOB / INFLEXIBIL						NEPLĂCUTĂ LA ATINGERE
			ACRIT / VASILE NEAGU						INTRAREA ÎN MAGAZIN! / CERBI NORDICI			
PORTIERA REFECĂRI CINSTIT ȘI SINCER							SUPERSTIȚIE / MARI MAEȘTRI					
					SEAMĂNĂ CU ULIUL / CAP DE RINOCER!					COADĂ DE BURSUC!		
BOLD / MOALE LA PÂINE			TRUPA LUI CRISTI MINCU-LESCU					ATRAGE LA O FEMEIE				
				BUCOLICĂ, PASTORALĂ								

Umor

– *Prin ce se deosebește omul de mașină?*

– *Încă nu a fost inventată o mașină care să nu facă nimic...*

– *Care e diferența dintr-un somn și un căscat?*

– *Somnul trăiește în apă și căscatul pe uscat.*

O mașină se lovește brutal de o căruță. În urma accidentului calul și căruțașul sunt răniți destul de grav. Polițistul vine la fața locului și văzând calul chinuindu-se, într-un acces de milă, îl împușcă. Apoi se îndreaptă către căruțaș cu pistolul în mână și îl întreabă:

– Și dumneavoastră sunteți rănit?

– Nu, nu! Doamne ferește, așa de bine nu m-am simțit niciodată!...

– *Spune, Ioane, ai găsit vreodată bărbați străini în șifonier?*

– *Nu! Toți erau români...*

Un turist se adresează unui țăran:

– *Spune, uncheșule, care este cel mai rapid drum către București?*

– *Sunteți pe jos sau cu mașina?*

– *Cu mașina.*

– *Atunci, după părerea mea, cu mașina...*

Culmea înotului: cu o mână înoți și cu cealaltă să dai din picioare.

SUDOKU

jocul săptămânii: 29

7	1	6	3	8	2	9	5	4
8	5	4	9	1	6	3	7	2
9	2	3	7	5	4	8	6	1
5	8	9	4	7	3	2	1	6
6	7	1	2	9	8	5	4	3
3	4	2	5	6	1	7	8	9
4	3	8	6	2	7	1	9	5
2	9	7	1	3	5	6	3	8
1	6	5	8	3	9	4	2	7

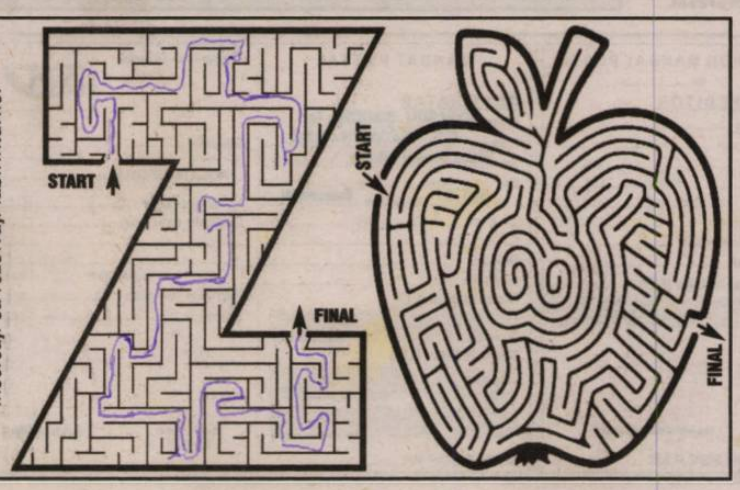
Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 28

3	7	4	9	6	8	1	5	2
6	9	1	2	5	4	8	3	7
2	8	5	1	3	7	4	9	6
8	6	7	4	9	1	3	2	5
4	3	2	7	8	5	9	6	1
5	1	9	6	2	3	7	8	4
9	4	3	5	1	2	6	7	8
7	2	6	8	4	9	5	1	3
1	5	8	3	7	6	2	4	9

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirinturile.



SOLUȚIA INTEGRAMEI „CONEXIUNI”.

Orizontal: B - L - Z - D - Z - C - BUSINESSMENI - ROTIRE - ARIN - ZILE - OIER - TE - CORP - SNOP - F - CE - ALAMI - RAI - U - ERES - GHIUL - INS - SPUMANT - ITINERAR - OS - EM - AICI - TUCI - IST - TAPISAT - ECRAN - SLEIRE.

Verificați-vă cunoștințele!

Pești și pescari

1. Cum se numește zeul lapon al peștilor, reprezentat cu cap și trunchi de bărbat dar cu coadă de pește?
2. Ce sfânt din tradiția creștină este supranumit „Marele pescar”?
3. Unde a avut loc, conform Evangheliei, „pescuirea minunată”?
4. Ce mare poet rus a scris „Basmul cu pescarul și peștișorul de aur”, o versiune versificată a basmului popular?
5. Ce compozitor român a compus muzica operei „Marin pescarul”?
6. Ce pictor belgian (1800-1849) a pictat tabloul „Calcanul”?
7. Cine a realizat, în 1991 filmul „Regele pescar” („The Fisher King”)?

Răspunsurile din numărul trecut

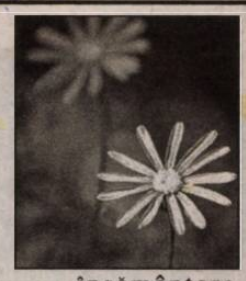
1) Sora este o persoană de sex feminin considerată în raport cu o altă persoană născută din același tată și aceeași mamă (soră bună sau adevărată) ori numai din aceeași mamă sau același tată (soră vitregă). 2) În ierarhia călugărească a mănăstirilor de femei prin „soră” se înțelege cel mai mic grad pe care îl primește o persoană. 3) Sora zeului Apollon din mitologia greacă era zeița vânătorii, Artemis. 4) Inițial în familia Bronte au fost cinci surori, și un băiat. Cele două surori mai mari Maria (10 ani) și Elizabeth (9 ani) au murit din cauza condițiilor inumane din internatul în care au fost trimise. Celelalte trei, Charlotte, Emily și Anne, au scris mai întâi sub pseudonime bărbătești. Ultimele două s-au stins din viață tinere, Charlotte supraviețuind ceva mai mult și cunoscând un succes fulminant cu romanul „Jane Eyre”. 5) Sora lui Napoleon Bonaparte, căsătorită cu Camillo Borghese se numea Paolina. 6) Drama „Trei surori” a fost scrisă de prozatorul rus Anton Pavlovici Cehov (1860-1904). 7) Tabloul „Cele două surori” poartă semnătura lui Théodore Chassériau.

Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „De-ale verii” am primit răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Florentina Gorea,* Toplița; *Mioara Popa,* Iași; *Corina Vlădescu,* Pitești; *Mihaela Simionescu,* Ploiești; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Rodica Predescu, Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Ing. Mihai Waspusch,* București.

✉ ***Prof. AUREL MINCIC, Beiuș-Bihor.*** Suntem de acord cu lista de zei pe care ați găsit-o pe Internet, dar aceasta cuprinde numai zei principali. Există o mulțime de zeități secundare pe care le găsim în dicționarele de specialitate de Anca Balaci, Victor Kernbach și alții. Ne bucură că ați rămas același cititor atent și fidel al revistei și al rubricii. *(Irina Stoica)*

Sfaturi practice



Margareta albastră

Felicia

■ Originară din regiunile sud-africane, acest gen cuprinde specii perene sau anuale, potrivite pentru cultivarea în ghivece sau jardiniere. Sunt plante mereu verzi, cu florile asemănătoare margaretei, de culoare albastru delicat.

■ Planta se plasează în locuri însorite și se udă des, mai ales primăvara și vara. De la înflorire și până în septembrie, la fiecare 3-4 săptămâni, se administrează un îngrășământ lichid.

■ Iarna, margareta se ține într-un spațiu ferit de frig sau într-un loc încălzit. Se udă mai rar.

■ Se poate înmulți prin însămânțare, din februarie până în martie. Răsadnița se ține la loc cald, la umbră, având grijă să mențineți o temperatură de 13-16°C și se păstrează pământul umed. Când plantele au atins înălțimea de 5-8 cm se mută în ghivece.

■ Udarea excesivă poate provoca îngălbenirea și căderea frunzelor.

■ Planta nu mai înflorește dacă pământul este mereu uscat.

Vara, iubirea și zodiile

Se spune că o metodă sigură de a atrage un partener de cuplu este să-l cucerim cu propriile arme. Astrologii vor încerca și de această dată să ne arate care este modalitatea cea mai reușită să dobândim dragostea cuiva sau cum trebuie să ne lăsăm cuceriți. Vă invităm să parcurgeți rândurile ce urmează pentru a vă convinge.

BERBEC. Fiind conduși de planeta Marte, Berbecii sunt cuceritori duri și rareori veți observa un nativ al acestei zodii timid. Vor să fie în centrul atenției și le place să poarte culoarea roșie. În privința abordării nu trebuie să vă îngrijorați. Este de ajuns să le zâmbiți sau să-i priviți insistent și vor acționa imediat. Nu trebuie să vă lăsați intimidați de abordarea acestora. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Leu, Săgetător, Gemeni și Balanță.

TAUR. Le puteți capta atenția dacă îi faceți să se încreadă în dumneavoastră. Observă imediat dacă sunteți ambițioși sau onești și vor aprecia aceste calități. Nu este cazul să îi mințiți sau să îi amăgiți. Viața le-a oferit destule piedici până acum și sunt obișnuiți cu tot felul de situații. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Fecioară, Capricorn, Rac, Pești și Scorpion.

GEMENI. Nativii sunt înconjurați de mulți admiratori, unii sunt doar prieteni, alții se îndrăgostesc iremediabil de ei. Puteți să îi cuceriți definitiv dacă le atrageți atenția din mulțimea de curtezani, indiferet prin ce mijloace. Veți descoperi o persoană haioasă și inteligentă. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Fecioară, Vărsător, Berbec, Leu și Săgetător.

RAC. Îi puteți observa adesea în mijlocul copiilor, jucându-se cu ei de parcă ar fi unul de-ai lor. Este cazul să îi impresionați folosidu-vă de talent, însă nu e cazul să îi mințiți. Își dau repede seama dacă le sunt înșelate așteptările. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Scorpion, Pești, Fecioară, Taur și Capricorn.

LEU. Se fac ușor de remarcat în mulțime. Sunt de-a dreptul strălucitori. Le place luxul și se vor purta elegant indiferent de locația unde sunt. Dacă totuși nu vă permiteți să țineți pasul cu moda, atunci puteți încerca să vă bizuiți pe propriul caracter. Nu fiți dezamăgiți dacă vă refuză destul de direct. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Săgetător, Berbec, Balanță, Gemeni și Vărsător.

FECIOARĂ. Îndrăgostiți de lectură și de propria igienă, îi veți observa îngrijindu-se cu multă atenție. Să nu încercați să-i scoateți din ale lor, deoarece veți fi ironizați. Încercați să-i cuceriți cu abordări clasice și prin remarci inteligente. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Taur, Capricorn, Rac, Scorpion și Pești.

BALANȚĂ. Conduși de planeta Venus, planeta dragostei, vă va fi greu să vă concentrați asupra altcuiva odată ce v-a cucerit. Și așa sunt înconjurați de mulți prieteni și dacă nu faceți parte din cercul lor, slabe șanse să vă observe. Singura șansă să înlăturați concurența este să îi demonstrați că sunteți singura persoană cu care merită să aibă o relație. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Gemeni, Vărsător, Leu, Săgetător și Berbec.

SCORPION. Mai bine stau singuri, decât alături de oricine. Dacă vă hotărâți să îi cuceriți, atunci trebuie să dovediți inteligență. Pregătiți-vă să fiți scanați de la distanță. Vi se vor studia toate mișcările. Țineți cont că Scorpionii sunt alergici la ignoranți. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Rac, Pești, Capricorn, Fecioară și Taur.

SĂGETĂTOR. Adoră vacanțele, vara, distracțiile estivale, sunt atrăgători și vor fi impresionați dacă le spuneți asta. Săgetătorii au nevoie de cineva care să îi susțină și vor fi încântați să observe asta la dumneavoastră. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Leu, Berbec, Balanță, Vărsător și Gemeni.

CAPRICORN. Sunt organizatori ideali și vor să fie recunoscuți ca lideri. Cucerirea unui Capricorn nu va fi ușoară. Trebuie să fiți la fel de bine pregătiți și să vă folosiți de toate armele ca să îi impresionați. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Fecioară, Taur, Scorpion, Pești și Rac.

VĂRSĂTOR. Sigur vă dați seama că stați lângă un Vărsător. Vă va impresiona stilul hainelor, piercingurile sau felul ciudat în care se manifestă atunci când discută. Ca să le captați atenția va trebuie să fiți originali, creativi și nu este lucru ușor. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Gemeni, Balanță, Berbec, Săgetător și Leu.

PEȘTI. Singuratici și neinteresanți, au un adevărat talent în a dispărea din mulțime. Va fi greu să îi păstrați în perimetrul dumneavoastră. Va fi dificil, dar recompensa este pe măsură. Trebuie să fiți precauți în abordări, deoarece se comportă ca niște animale sperioase. ● *Zodii cu care vă potriviți:* Rac, Scorpion, Capricorn, Taur și Fecioară.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Timpul, există sau nu? ■ Ferma animalelor inteligente ■ O regină de poveste ■ Hartă cosmică de 5.000 de ani ■ Misterioasele cercuri magice și agriglifele ■ Răul pe care ni-l facem singuri ■ Cum să vă împăcați cu soarele ■ Zahărul din fructe

HOROSCOP
24-30 iulie 2017

BERBEC 21.03-20.04

Evenimentele săptămânii se leagă de domiciliu, în special de membrii familiei și mai ales de un părinte. Poate fi vorba de renovări sau mișcări rezidențiale. Din nefericire, orice ați face ar putea duce la o discuție în contradictoriu cu o persoană mai în vârstă. Aveți grijă!

TAUR 21.04-21.05

Sunteți entuziaști! Această stare poate fi dată de scurte călătorii, planuri de viitor sau ceva legat de muncă. Este posibil să vă implicați într-o activitate caritabilă de pe urma căreia va beneficia cineva cunoscut.

GEMENI 22.05-21.06

Săptămâna aceasta, Mercur vă conduce și veți suferi câteva influențe extrem de diferite. De exemplu, puteți fi entuziaști, din punct de vedere financiar dispuneți de sume considerabile și veți dori să achiziționați obiecte de lux pe care mai târziu să regretați că le-ați cumpărat.

RAC 22.06-21.07

Din prea mult entuziasm veți fi tentați să fiți nerealiști sau să supradimensionați ceva. Aveți suficientă putere să-i faceți să creadă că visele dumneavoastră sunt realizabile și chiar veți găsi apropiați care vă vor susține. Succes!

LEU 22.07-22.08

În aceste zile totul se învârte în jurul casei, mai ales că doriți să rezolvați multe puncte de pe lista priorităților. Se petrec multe evenimente și veți fi prinși cu un program încărcat. Mare atenție la un conflict cu cineva cunoscut. Poate fi legat de o problemă de sănătate.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Optimismul vă dă încredere și vă veți împărtăși entuziasmul cu cineva mai tânăr, poate fi vorba de o competiție. Vă hotărâți să mărturisiți sentimente ascunse unei persoane cunoscute și poate începe o frumoasă poveste de dragoste.

BALANȚĂ 23.09-22.10

Săptămâna debutează cu lucruri pozitive și liniștitoare. Cei din jur vă vor asculta pentru că sunteți autoritari și convingători. Cu toate acestea nu toată lumea este de partea dumneavoastră. Riscați o confruntare dură cu un membru al familiei.

SCORPION 23.10-21.11

În aceste zile aveți nevoie de o schimbare de peisaj. Sunteți plini de idei, dorințe, vise îndrăznețe și vreți să vă extindeți lumea prin dobândire de noi și noi cunoștințe. Un lucru e sigur. Trebuie să faceți ceva de care să vă simțiți mândri. Puteți încerca să vă bucurați mai mult de frumusețea locurilor înconjurătoare.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Începutul acestei săptămâni este excelent pentru discuțiile legate de o moștenire, deoarece toate părțile se simt generoase și optimiste. Este un moment ideal pentru obținerea unui împrumut mai consistent sau să vă schimbați domiciliul. În mod sigur viața are un mod de a echilibra lucrurile.

CAPRICORN 22.12-19.01

Discuții interminabile cu partenerii, iată cam ce vă preocupă în aceste zile. Veți dori să ajutați pe cineva care are probleme dar, pe măsură ce zilele trec, interacțiunile cu ceilalți devin mai agresive.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Accentul se pune pe locul de muncă și pe sănătate. Vă preocupă propriul regim de viață. Puteți începe o nouă dietă legată de propriile nevoi. La serviciu, sunteți destul de energici ca să lucrați atât de mult încât să-i epuizați pe cei din jur. Fiți răbdători cu colegii!

PEȘTI 19.02-20.03

Veți face planuri ambițioase de vacanță sau veți organiza mici distracții legate de copii. Sunteți plini de energie și asta se va vedea la petrecerile unde veți participa, precum și la concursurile pe plajă organizate alături de copii. Succes la distracții!

Nativul săptămânii: **CARL GUSTAV JUNG** (26.07.1875 – 06.06.1961)

A fost un psihiatru elvețian și psihanalist care a întemeiat psihologia analitică. Lucrările sale nu au influențat numai în psihiatrie, ci și în antropologie, arheologie, literatură, filozofie și studii religioase. Acest nativ al zodiei Leu a fost, de asemenea, un artist, meșteșugar și constructor, precum și un scriitor prolific. Multe dintre operele sale nu au fost publicate decât după moartea sa, iar altele încă așteaptă publicarea.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noștri opiniile legate de conținutul revistei, apelați numărul de telefon.
0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacție!

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	6,00 LEI
❑ 2 LUNI	12,00 LEI
❑ 3 LUNI	18,00 LEI
❑ 4 LUNI	24,00 LEI
❑ 5 LUNI	30,00 LEI
❑ 6 LUNI	36,00 LEI

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Abonați-vă la magazin

Cheltuielile poștale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacție.

Nu aveți decât să trimiteți printr-un mandat poștal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piața Presei Libere nr.1, sector 1, București, cod 013701), contravaloarea abonamentului solicitat (vezi prețurile în talonul alăturat la care se adaugă taxa poștală de expediere) sau să achitați în conturile bancare indicate la pagina 2 și puteți beneficia de toate avantajele enunțate. În cazul în care nu specificați data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poștal. Pentru informații suplimentare vă rugăm să sunați la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe șase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni) în conturile societății.

CUPON MANDAT POȘTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Județul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ștampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POȘTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piața Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea București
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POȘTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAȚII SPECIALE .....
Nr. mandat poștal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre și litere)
Semnătura salariatului .....
Diligințe .....
Ștampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAȚII ABONAMENTE
0722625622

SERIE NOUĂ - 1359 ● ANUL LX ● 27 IULIE 2017 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 30 (3109)

magazin

www.revistamagazin.ro

E-mail: redactia@revistamagazin.ro ● redactia.revistamagazin@yahoo.com ● redactia.revistamagazin@gmail.com

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

Ferma
ANIMALELOR INTELIGENTE

Femina club

E bine de ştiut
La mare

Dosarele frumuseţii
Nu ocoliţi sportul

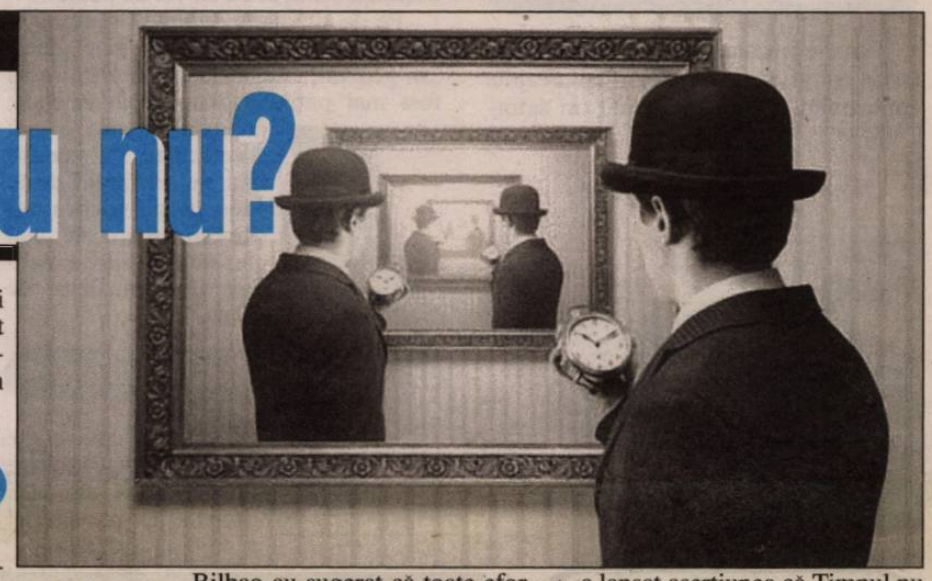
Terapii complementare

ZAHĂRUL din fructe

«Distanţa nu separă oamenii. Tăcerea, da.»
Cicero

Teoriile sunt contradictorii, deocamdată nimic exact

Timpul, există sau nu?



Timpul, ca şi gravitaţia, este ceva destul de straniu. Despre gravitaţie ştim că atrage corpurile, despre timp ştim că trece. Dar ce este? Există în Univers sau doar în mintea noastră?

Toţi înregistrăm empiric trecerea timpului: atunci când aşteptăm o persoană, un eveniment, un anotimp, naşterea sau moartea cuiva. Nu toţi simţim la fel timpul, pentru adolescenţi timpul se scurge prea încet, pentru vârstnici, prea repede.

Uneori un an trece parcă într-o săptămână, iar o săptămână, parcă într-o oră. Deci, până la urmă, ce este Timpul? De-a lungul timpului au existat o mulţime de teorii care au încercat să explice ce este totuşi Timpul şi de ce este atât de misterios. De la Sf. Augustin la Einstein şi Stephen Hawking, dar nimeni nu a făcut-o într-o manieră convingătoare. Teorii şi atât.

Teoria timp-minte

Filozoful creştin Sf. Augustin a avut câteva idei despre timp: el credea că Timpul nu este infinit, că Timpul a fost creat de Dumnezeu şi apoi că Timpul nu există decât în mintea noastră. De aici şi motivul pentru care el trece pentru unii mai încet, pentru alţii mai repede. Noi interpretăm Timpul, iar Sf. Augustin spunea că de aceea nu putem să-l cuantificăm. Când vorbim de trecut, el nu mai are nici o proprietate existentă deoarece nu mai există. Când spunem de timp că trece repede este pentru că ne amintim că a trecut repede. Putem spune că Timpul există doar pentru că el e prezent în amintirile noastre. Cât despre viitor, el nu există încă, deci nici el nu poate fi o cantitate măsurabilă. Singurul lucru care există spunea Sf. Augustin, este prezentul. Care devine într-o fracţiune de secundă trecut! Aşadar, timpul nu există decât în mintea noastră.

Fotografia Timpului

O întrebare şi mai complicată: cum arată Timpul? Dacă cineva ar încerca să picteze Timpul, l-ar vedea ca o linie dreaptă care se duce la infinit? Sau ar arăta ca un ceas care se învârte în spirală în fiecare zi, an de an? După Aristotel, timpul nu poate fi o linie, una cu început şi sfârşit. A existat un punct de pornire chiar şi pentru Timp. Şi dacă există un punct de început, trebuie să fi existat şi ceva înainte de punctul de început. La fel, trebuie să se întâmple şi în cazul sfârşitului Timpului, spunea filozoful grec.

Şi apoi, câte linii ale Timpului există, una singură cu care călătoreşte totul, sau sunt mai multe linii ale timpului care se intersectează alternativ sau care merg în paralel? Sau Timpul este o singură linie cu mai multe ramuri? Sau poate clipele din şuvoiul timpului există independent de alte clipe? Întrebări şi niciun răspuns.

Prezentul fugar

Acum îl vedem şi... nu-i! Ideea unui prezent înşelător este legată de întrebarea „cât durează prezentul”? *Acum* nu este foarte descriptiv. De pildă, stăm de vorbă cu cineva şi suntem la jumătatea propoziţiei, deja începutul propoziţiei este *trecut,* chiar dacă conversaţia noastră în desfăşurare este încă în *prezent.*

E.R. Clay şi William James numesc prezentul fugar ca fiind spaţiul în timp pe care noi îl percepem ca fiind în prezent. Durează de la câteva secunde, dar nu mai lung de un minut. E cantitatea de timp de care suntem conştienţi că reprezintă prezentul. E o perioadă scurtă, dar care lasă suficient timp controverselor. Unii cercetători cred că prezentul are legătură cu cât de lungă este memoria de scurtă durată: cu cât e mai bună, cu atât prezentul e mai lung.

Alţii cred că este o problemă de percepţie instantanee: a trecut secunda percepută, prezentul a devenit trecut. Mai este şi problema prezentului şi a prezentului extins, momentul în care apare prezentul fugar. Prezentul nu are o durată în timpul actual, deoarece dacă ar avea, o parte din timp ar fi trecut, alta ar fi viitor şi astfel prezentul s-ar anihila. Aşadar, prezentul fugar încearcă să definească prezentul ca un interval de timp care are o durată, dar este ceva separat de prezentul obiectiv.

Timpul încetineşte

Doi profesori de la Universitatea din Salamanca şi de la Universitatea Ţării Bascilor, din Bilbao au sugerat că toate eforturile de a găsi şi defini Energia Întunecată din Univers sunt în zadar pentru că de fapt nu există aşa ceva. Dimpotrivă, toate efectele Energiei Întunecate pot fi explicate prin faptul că ceea ce noi vedem este, de fapt, timpul care încetineşte până la o eventuală oprire.

La fel şi în cazul fenomenului astronomic de virarea în roşu în cazul lungimii de undă a luminii stelelor despre care ştim că accelerează. Profesorii spanioli explică fenomenul accelerării Universului ca fiind nu rezultatul prezenţei energiei întunecate, ci pur şi simplu iluzia creată de timpul care încetineşte. Cei doi specialişti mai afirmă că, gradual, timpul va continua să încetinească până se va opri complet. Universul va îngheţa aşa cum este în eternitate, lucru care s-ar putea întâmpla peste mii de miliarde de ani! Până acum nu s-a găsit nimeni să-i contrazică...

Timpul nu există

Există şi această idee, nu de ieri de azi, încă de pe la 1900, când filozoful John McTaggart a lansat aserţiunea că Timpul nu există! Conform lui McTaggart, există două modalităţi diferite în care putem privi Timpul.

Prima, numită Teoria-A, postulează că timpul are o ordine şi curge pe un drum; în această versiune a Timpului, se pot organiza lucrurile care se întâmplă. Există o progresie a evenimentelor din trecut spre prezent şi viitor. Teoria-B, de altă parte, spune că trecerea timpului, şi însuşi Timpul, este o iluzie perfectă şi nu există posibilitatea să aranjăm obiectiv evenimentele într-o ordine particulară.

Această versiune a timpului este folosită de memoria noastră, care are tendinţa să-şi amintească evenimentele ca buzunare individuale de timp şi nu ca pe un fluviu nesfârşit de timp. Considerând aceste două teorii, se poate spune că Timpul nu există căci pentru a exista, ar trebui să fie o schimbare continuă în evenimente sau în circumstanţe.

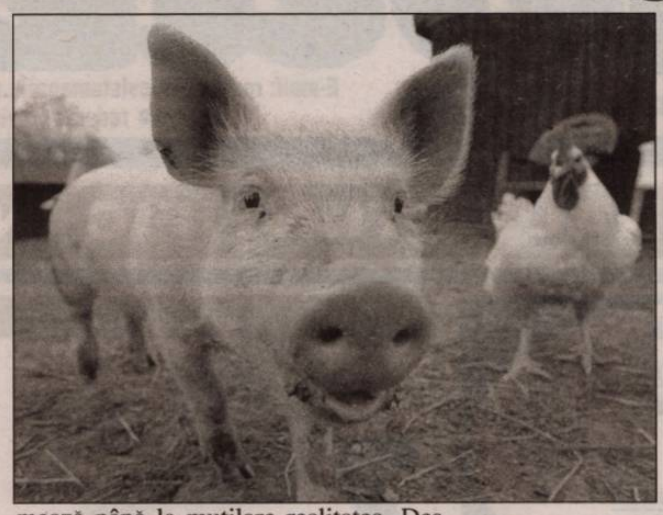
Teoria-B spune că nu există schimbări, dar şi dacă Teoria-A ar fi adevărată, şi ea sugerează că timpul nu există. Să luăm un eveniment în timp, ziua în care împlineşti 21 de ani. La un moment dat, în *prezent* fiind, ea va fi un punct în *viitor,* dar în acelaşi moment, ea va fi în *trecut.* Şi câtă vreme un moment, o clipă, nu poate fi în trecut, în prezent şi în viitor, McTaggart spune că teoria este contradictorie şi ca urmare imposibilă, la fel ca timpul.

5 948427 000133 30

Bibliotecă judeţeană MUREŞ

Ferma animalelor inteligente

S-ar putea crede că numai animalele care trăiesc în sălbăticie au dezvoltat un înalt grad de inteligenţă, în virtutea faptului că sunt obligate să-şi procure hrana, să-şi apere viaţa, să-şi protejeze puii într-un adăpost sigur şi aşa mai departe.



Totuşi, şi animalele de fermă au doza lor de inteligenţă şi, poate greu de crezut, lider la acest capitol este porcul. Veţi fi uimiţi să aflaţi că acest animal considerat murdar şi leneş este conştient de el însuşi şi chiar că se acomodează foarte bine la... lucrul pe calculator!

Eroarea lui Descartes

Părerile preconcepute, implantate adânc (şi) în conştiinţa persoanelor din preajma emitentului, de cele mai multe ori deformează până la mutilare realitatea. Descartes spunea că „nu e vorba despre a crede că animalele au mai puţină raţiune decât oamenii, ci că ele nu au deloc".

Pe de altă parte, biologul şi etologul Yves Christen ţinteşte mai bine ideea: „În general, animalele de crescătorie au fost mai puţin studiate decât celelalte animale, fiindcă e mai spectaculos să studiezi leul sau elefantul decât vaca. Apoi, fiindcă noi suntem interesaţi mai ales de funcţiile alimentare ale animalelor de fermă."

Jocuri de oglinzi

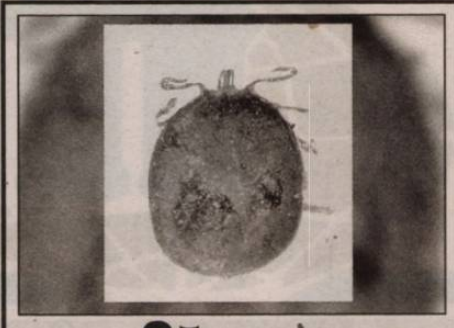
Ştiinţa recentă a demonstrat inteligenţa acestor din urmă animale, începând cu porcul, cel mai inteligent, lucru stabilit în 2009 de cercetătorii din Cambridge, care au constatat că acest animal e dotat cu conştiinţă de sine şi recunoaşterea sinelui, datorită unui experiment cu oglinzi.

Concluzia – „Fiecare porc a trebuit să observe caracteristicile mediului său, să şi le amintească, să deducă relaţiile dintre aspectele observate şi cele rememorate şi să acţioneze în consecinţă."

Porcul Hamlet şi computerul

Un alt experiment care atestă facultăţile cognitive ale porcului priveşte nimic altceva decât computerul. În 1997, universitari de la Pennsylvania i-au permis unui porc pe nume Hamlet să se joace cu maneta unui ordinator pentru a încerca să mişte un obiect pe ecran şi să-l facă să intre într-o plajă de culoare albastră. Hamlet şi-a făcut treaba corect şi rapid (desigur, în schimbul unei recompense), aşa cum niciun câine nu o putuse face. Şi-atunci, putem spune că porcii sunt atât de inteligenţi încât să se adapteze la jocuri? – se întreabă cercetătorii.

Claudie Le Quéré, proprietara fermei din Noue, Yvelines, confirmă: „Porcii noştri dau dovadă de nenumărate vicleşuguri ca să primească mâncare." În concluzie, aproape nicio aptitudine nu este exclusiv umană, spun oamenii de ştiinţă.



Căpuşa de chihlimbar

Poate exista o legătură între odioasa insectă care ne suge sângele şi chiar ne pune viaţa în pericol şi seducătoarea piatră preţioasă? Răspunsul este afirmativ, dacă ne referim la binecunoscutul fenomen al „capturării" în ambră a feluritelor insecte care în urmă cu milioane de ani s-au aventurat periculos în preajma răşinilor care au generat ulterior mineralul.

Un cercetător american de la Universitatea de Stat Oregon a făcut o descoperire rarisimă: un acarian plin de sânge de mamifer, prins pe vecie în capcana de chihlimbar. Nu un ţânţar, ca în Jurassic Park, ci o căpuşă. Şi nu una de strivit între unghii, ci un adevărat tezaur, întrucât ea conţine cele mai vechi celule sangvine descoperite fosilizate. Ele au între 20 şi 30 de milioane de ani şi au aparţinut, foarte posibil, unei primate.

Lutra de mare, meşter neîntrecut

Spre uimirea oamenilor de ştiinţă şi nu numai a lor, se descoperă tot mai multe specii animale care dau dovadă de o inteligenţă şi ingeniozitate senzaţionale, mai ales atunci când sunt puse în situaţia de a-şi procura hrana ori de a construi locuinţa în care îşi vor creşte puii. Lutra de mare oferă în acest sens un exemplu magistral. Pentru a sparge cochiliile scoicilor prea tari pentru dinţii ei, ea foloseşte pietre cu care le loveşte până scoate la iveală carnea cu care se hrăneşte.

Potrivit etologilor, această deprindere e veche de mii de ani şi nu reprezintă rezultatul unei „învăţături" de la semenii săi, transmisă în timp de la o generaţie la alta, ci este dobândită prin propria experienţă. Experţii Institutului Smithsonian din Washington afirmă că puii de lutră orfani crescuţi în captivitate utilizează pietrele aşa cum am arătat mai sus, fără să fi beneficiat de „îndrumările" adulţilor.

Sprinţarul „care"

Să vorbim corect!

S-a scris şi s-a vorbit mult despre folosirea incorectă a pronumelui relativ *„care"* şi se pare că întreaga campanie a dat oarecum roade.

Spunem „oarecum" pentru că s-a corectat numai forma de acuzativ, folosindu-se prepoziţia „pe" sau o alta necesară contextului. Auzim astfel spunându-se corect „cartea pe care am citit-o", „prietenul despre care ţi-am vorbit" şi tot aşa.

Din nefericire, corectările s-au oprit aici pentru că, în ceea ce priveşte cazul dativ, situaţia a rămas constant greşită. Continuă să se spună „prietenul care i-am dat cartea" sau „casa care i s-au spart geamurile", formularea corectă fiind „prietenul căruia i-am dat cartea", respectiv „casa căreia i s-au spart geamurile".

Poate cu puţin efort vom reuşi să scăpăm de aceste exprimări jenante. *(I.S.)*

Science-fiction devenit realitate

Pe scurt, este vorba despre o realizare demnă de un James Bond: motocicleta zburătoare. Prototipul lansat de firma KittyHawk şi supranumit Kitty Hawk Flyer nu este doar foarte interesant, dar el beneficiază şi de o finanţare de top: Larry Page, nimeni altul decât patronul Google.

Aspectul actual al prototipului este însă diferit de versiunea finală care se pregăteşte. Acesta include 8 rotoare electrice şi poate zbura numai deasupra apei cu viteza de 40 km/h, ceea ce nu e deloc rău, conform specialiştilor. Dar de ce a ales magnatul Page să investească într-o asemenea idee ce pare mai degrabă un remake din Star Trek, în loc să investească într-o mare întreprindere aeronautică, de pildă?

Mai întâi, deoarece din 2010 a început să investească în transporturi şi în mod particular în vehiculele hibride automobil/avion. Nu întâmplător, programul Kitty Hawk lucrează deja asupra mai multor zeci de modele de avioane ultrauşoare şi revoluţionare. Cât despre vehiculul zburător în discuţie, potrivit constructorului este foarte uşor de pilotat după numai câteva minute de instruire a pilotului. În acelaşi timp, faptul că el evoluează deasupra apei şi că dispune de flotoare îl face şi foarte sigur pentru ocupantul său. Totuşi, vorba „cuiva" – Ghinion! Nu prea se înţelege care va fi utilitatea reală a acestui avion-motodronă-plutitor, care nu are dimensiuni prea generoase. Oricare ar fi răspunsul – veridic ori nu – cert e că motocicleta zburătoare a lui Page se va afla în vânzare spre sfârşitul acestui an. Şi, fără niciun fel de îndoială, va avea şi o mulţime de cumpărători!

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocăru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: TIPOMEDIA PROD S.R.L.